

# 1000 de întrebări și răspunsuri despre Viața duhovnicească



Cetatea Creștină





**1000**  
**DE ÎNTREBĂRI ȘI RĂSPUNSURI**  
**DESPRE**  
**VIAȚA DUHOVNICEASCĂ**

\*

*Alcătuite pe baza operelor Sfinților Părinți  
și ale nevoitorilor bune credințe*

Traducere din limba rusă: Cristea Florentina

Carte tipărită cu binecuvântarea  
**Prea Sfințitului Părinte GALACTION,**  
Episcopul Alexandriei și Teleormanului

**Editura Cartea Ortodoxă**

**EDITURA EGYMENITA**

Galați 2005



1000

# DE ÎNTREBĂRI ȘI RĂSPUNSURI DESPRE VIAȚA DUHOVNICEASCĂ

© 2005 pentru ediția de față  
Editura Egumenița, Galați, România

Editura Egumenița  
I.S.B.N. 973-7952-52-9

Editura Cartea Ortodoxă  
I.S.B.N. 973-7957-93-8

1000

# DE ÎNTREBĂRI ȘI RĂSPUNSURI DESPRE VIAȚA DUHOVNICEASCĂ

**1. Întrebare:** *Depinde, oare, mântuirea noastră de împrejurările exterioare?*

Răspuns: Mântuirea noastră nu depinde de nimic exterior: important nu este faptul că cineva este renumit sau nu, că este bogat sau sărac, ci că este virtuos, că are credință, că se îngrijește de izbânda duhovnicească și că Îl iubește pe Dumnezeu (Clement Alexandrinul).

**2. Întrebare:** *Cum trebuie să viețuim ca să ne mântuim?*

Răspuns: Fiecare faptă a bunei credințe și a iubirii creștine – citirea cărților sfinte, gândurile bune, discuțiile cu folos, sfânta ascultare, mulțumirea în ispite și în necazuri, iertarea ocărilor – poartă pecetea rugăciunii și răspândește un miros plăcut



înaintea lui Dumnezeu. Cu toate acestea trebuie să ne silim, să ne verificăm în toate și căile răsfațului să le închidem și atunci osteneala și evlavia vor intra în obiceiul nostru (Starețul Ioan Troițki).

**3. Întrebare: Care sunt cele mai mari daruri ale lui Dumnezeu?**

Răspuns: Pocăința și Împărtășania sunt cele mai mari dintre toate darurile lui Dumnezeu. (Sfântul Varsanufie cel Mare).

**4. Întrebare: De ce trebuie să se ferească omul duhovnicesc?**

Răspuns: Nevoitorul virtuții trebuie să se îndepărteze cu orice chip de gândurile care îi intră în minte și îi alintă inima. Satana este foarte inventiv cu privire la faptele rele: atunci când pe oamenii, renumiți în evlavie nu îi poate abate de la viața și purtarea prețuite de ei și nu îi poate înclina spre ceea ce voiește el, încearcă să-i lovească prin alt mijloc. Îi laudă ca pe niște oameni care au atins desăvârșirea, apoi îi proslăvește ca pe niște sfinți și îi fericește ca pe unii care au devenit deja prietenii lui Dumnezeu și au ajuns la culmea tuturor virtuților. Și, astfel, născând în ei patima mândriei, îi stârnește la vrăjmășie împotriva lui Dumnezeu și, în cele din urmă, îi smulge din rădăcină ca pe o plantă. De aceea, așa cum am zis, trebuie să ne depărtăm de gândurile pătimase care ne alintă mintea și inima.

**5. Întrebare: Care este cel mai important lucru pentru un creștin?**

Răspuns: Cel mai important lucru este să învețe adevărata credință (Sfântul Ambrozie al Mediolanului).

**6. Întrebare: Cum să dobândim dreapta cugetare?**

Răspuns: Începutul chipului drept al gândurilor este ascultarea și citirea Cuvântului lui Dumnezeu și cuvintelor Sfinților Părinți (Sfântul Efrem Sirul).

**7. Întrebare: Ce suntem datori să cunoaștem?**

Răspuns: Toți trebuie să cunoaștem voia lui Dumnezeu și care fapte sunt virtuți și care sunt păcate. Și cine nu face aceasta greșește înaintea lui Dumnezeu. De aici reiese că cel ce rămâne în întuneric și în neștiință greșește de două ori: și prin faptul că nu cunoaște voia lui Dumnezeu și prin faptul că nu folosește mijloacele necesare pentru a o afla și într-adins rămâne în întuneric (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**8. Întrebare: Cum să ne întărim în Biserică?**

Răspuns: Prin îndrumarea părintelui duhovnic, prin legătura permanentă cu el; prin împărtășania deasă, prin pregătirea atentă pentru împărtășire, prin frecventarea dumnezeieștii slujbe, prin rugăciunea de acasă, prin citirea zilnică a Evangheliei, prin citirea cărților cu conținut religios, prin ținerea sărbătorilor și a posturilor anului bisericesc, prin prietenia și legătura cu oamenii credincioși.



9. *Întrebare: Dumnezeu îi trimite întotdeauna pe oameni la noi?*

Răspuns: Nu, uneori nu Dumnezeu, ci diavolul îi trimite la noi.

10. *Întrebare: Cum să învățăm viața duhovnicească?*

Răspuns: Viețuind în singurătate, mă hrănesc din Dumnezeieștile Scripturi, după poruncile Domnului, și din tâlcuirea lor și, de asemenea, din predaniile apostolești, din viețile și învățăturile Sfinților Părinți și ascult de ele; și ceea ce este pe măsura înțelegerii mele spre a-l face pe plac lui Dumnezeu și spre folosul meu sufletesc, transcriu și învăț: în aceasta constau viața și suflarea mea. Vă sfătuiesc să faceți la fel. Eu vă dau sfatul acesta spre binele sufletului, propunându-vă ceea ce pentru mine însumi socotesc a fi folositor (Sfântul Nil Sorski).

11. *Întrebare: Cum trebuie să citim Sfintele Scripturi?*

Răspuns: Pentru ca citirea Scripturilor să fie cu folos, trebuie: 1) înainte de citire să chemăm harul Duhului Sfânt în ajutorul nostru; 2) să citim fără grabă, repetând de câteva ori ceea ce nu înțelegem; 3) să nu avem grija de a citi mult; 4) să ne ferim de citirea cărților smintitoare.

12. *Întrebare: Putem învăța viața duhovnicească fără a studia la școala duhovnicească?*

Răspuns: Fericitul Ieronim, deși nu a studiat în școlile duhovnicești, totuși s-a format pe sine însuși prin citirea duhovnicească și prin discuțiile cu stareții duhovnicești și cu oamenii religioși experimentați.

13. *Întrebare: Ce religii sunt considerate greșite?*

Răspuns: Toate religiile care există în lume, în afară numai de cea adevărată ortodoxă, sunt greșite și nu îl mântuiesc pe om. O religie greșită este o batjocură la adresa oamenilor. După moarte se descoperă imediat cât de trainic a fost lucrul pe care omul și-a întemeiat nădejdea... Și cât de cumplită și de sfâșietoare va fi starea celui care va vedea atunci că a fost înșelat (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

14. *Întrebare: De ce este important să ne îngrădăm cu învățătura acasă și oriunde suntem?*

Răspuns: Pentru că fiecare lucru din lume și fiecare impresie datorată aceluia lucru stârnesc în om anumite gânduri, simțiri și dorințe și o anumită lucrare, potrivite cu acele impresii. Iată de ce trebuie să ne îngrădăm astfel încât totul să ne zidească. Chiar dacă un anumit lucru nu provoacă gânduri și simțiri rele, tot ne abate de la ceea ce este principal – mântuirea sufletului și năzuința către Dumnezeu... De exemplu, cu timp în urmă, camera creștinului îl zidea pe acesta prin tot ce avea în ea. Pe pereți se aflau foi de hârtie de diferite mărimi cu rugăciuni și cugetări din Sfintele Scripturi; o mulțime de icoane, tabloul Înfricoșătoarei Judecăți, fotografii ale



stareților, duhovnicilor, schimnicilor, asceților, ale mănăstirilor și ale bisericilor.

**15. Întrebare:** *Cum să ne călăuzim în viața duhovnicească în vremurile noastre?*

Răspuns: Pentru vremurile din urmă, Sfinții Părinți propun să avem călăuză mai mult Sfânta Scriptură și scrierile patristice, fără să respingem, însă, sfătuirea prudentă cu părinții și frații contemporani, având în același timp în gânduri și în simțiri duhul smereniei și al pocăinței. Aceasta este lucrarea dăruită de Dumnezeu vremurilor noastre și noi suntem datori să ne folosim cu evlavie de darul lui Dumnezeu, dat nouă spre mântuire (Sfântul Ignatie Briancianinov).

**16. Întrebare:** *În ce caz sunt ostenele exterioare fără folos?*

Răspuns: Nu există nici un folos din nici o osteneală exterioară dacă nu știm ca prin ostenele să ajungem la bunătatea lăuntrică.

**17. Întrebare:** *De ce trebuie să citim Psaltirea?*

Răspuns: Nu neglijați psalmii, deoarece ei alungă din suflet duhurile viclene și sădesc în el Sfântul Duh.

**18. Întrebare:** *De ce anume trebuie să fie condusă viața creștinului?*

Răspuns: Viața creștinului trebuie să fie condusă de conștiință și rațiune, adică de chibzuință alături de sfatul celor pricepuți. Diavolul izbândește

atunci când oamenii se încred în rațiunea lor, în chibzuința lor și nu cer sfatul duhovnicului.

**19. Întrebare:** *Cum trebuie să petrecem zilele postului?*

Răspuns: În timpul postului trebuie să ne îndepărtăm de deșertăciunea lumească pentru a cugeta la păcatele noastre, a plânga înaintea lui Dumnezeu și a pregăti o spovedanie curată din inimă, care ne curățește de păcate. Zilele de post trebuie să le dedicăm postului, mersului la biserică lui Dumnezeu, citirii Cuvântului lui Dumnezeu și faptelor de milostenie: să-i vizităm pe cei bolnavi, pe cei săraci și necăjiți pentru a-i ajuta.

**20. Întrebare:** *Ce cere Dumnezeu de la om?*

Răspuns: Din întreaga Scriptură văd că ceea ce cere Dumnezeu de la om este adunat în următoarele: să se smerească înaintea aproapelui în toate, să-și lepede dorințele lui păcătoase, să-L roage neîncetat pe Dumnezeu să-l miluiască și El să-i dea mână de ajutor (Sfântul Simeon Noul Teolog).

**21. Întrebare:** *Ce înseamnă să te depărtezi de lume?*

Răspuns: Să te depărtezi de lume înseamnă să părăsești năravurile, obiceiurile, regulile, deprinderile și cerințele care sunt întru totul potrivnice Duhului lui Hristos.

**22. Întrebare:** *Cum să recunoaștem atracția pătimasă față de un lucru?*



Răspuns: În om există atracție păcătoasă față de un lucru atunci când: se uită cu plăcere la el, se supără pe ceilalți și se ceartă din cauza lui, iar atunci când îl pierde, se întristează pentru el.

23. *Întrebare: Din ce pricină există uneori gânduri hulitoare împotriva lui Dumnezeu, a Maicii Domnului, a sfintelor icoane și a Sfintelor Taine?*

Răspuns: Să încetăm să-l judecăm și să-l osândim pe aproapele și nu ne vom mai teme de gândurile hulitoare. Nimeni nu trebuie să creadă că el este vinovat de gândurile hulitoare dacă nu le voiește și nu consimte la ele, ci trebuie să le atribuie diavolilor. Străduiește-te să nu le acorzi nici o atenție (Sfântul Ioan Scărarul).

24. *Întrebare: Prin ce fapte se dobândește bunăvoința lui Dumnezeu?*

Răspuns: Există cinci fapte, cu ajutorul cărora se dobândește bunăvoința lui Dumnezeu. Prima este rugăciunea curată, a doua – citirea Psaltirii, a treia – citirea Dumnezeieștilor Scripturi, a patra – pomenirea cu zdrobire de inimă a păcatelor noastre, a morții și a Înfricoșătoarei Judecăți, iar a cincea – rucodelia (Monahul Evagrie).

25. *Întrebare: Care este folosul rugăciunii lui Iisus?*

Răspuns: Rugăciunea „Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă”, săvârșită permanent în inimă, usucă desfrâul, potolește furia, alungă mânia, înlătură tristețea, îndepărtează obraznicia, nimicește melancolia,

alungă lenea, luminează mintea, naște zdrobirea de inimă și aduce lacrimile.

26. *Întrebare: Cum trebuie să-i cinstim pe preoți?*

Răspuns: Pe preoți trebuie să-i cinstim mai mult ca pe părinți. „Știți voi – întreabă Sfântul Ioan Gură de Aur – cine este preotul?”. Și răspunde: „Este Îngerul Domnului”. Tocmai de aceea trebuie să-i cinstim pe păstori, spune el, mai mult decât pe părinți, căci ei sunt slujitorii lui Hristos pe pământ și cine îi cinstește, acela îl cinstește pe Hristos.

27. *Întrebare: Care sunt păcatele împotriva Duhului Sfânt?*

Răspuns: Păcatele împotriva Duhului Sfânt sunt următoarele: 1) nădejdea prea mare în mila lui Dumnezeu; 2) deznădejdea cu privire la mântuirea noastră; 3) împotrivirea clară față de adevăr și lepădarea de credința ortodoxă; 4) invidia cu privire la acele bunuri duhovnicești pe care le dobândește aproapele de la Dumnezeu; 5) aflarea în păcate și stăruința în răutate; 6) nepăsarea față de pocăință până la sfârșitul acestei vieți.

28. *Întrebare: Cu cine nu trebuie să avem prietenie?*

Răspuns: Să nu legi prietenie și să nu ai legătură cu vrăjmașii Bisericii lui Hristos, cu ereticii, cu schismaticii, cu cei care nu țin sfintele posturi. Trebuie să fugi de acei oameni care nu se tem de

Răspuns:



Dumnezeu și nu Îl cinstesc (Cuviosul Serafim de Sarov).

**29. Întrebare: Prin ce se întărește credința?**

Răspuns: Ascultă Cuvântul lui Dumnezeu, predicile și învățăturile, citește Cuvântul lui Dumnezeu, pe Sfinții Părinți și cărțile stareților, caută și întreabă, discută și intră în legătură cu cei credincioși, bogați în credință; roagă-te, strigă către Dumnezeu să-ți dea credință, viețuiește potrivit credinței și spovedește-te și împărtășește-te cu Sfintele Taine mai des (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**30. Întrebare: Cum să ne purtăm față de aproapele?**

Răspuns: Pune-l întotdeauna pe aproapele în locul tău, iar pe tine – în locul aproapelui.

**31. Întrebare: Ce este important în viața duhovnicească?**

Răspuns: Străduiește-te ca toată viața să ai un părinte duhovnic, să-i destăinui fiecare păcat și gând și să te bucuri de sfaturile și de învățăturile lui. „Mântuirea – spune Înțeleptul Solomon – constă în mult sfat, iar bărbatul fără sfat își este sieși vrăjmaș”.

**32. Întrebare: Prin ce Îi putem fi cel mai mult bineplăcuți lui Dumnezeu?**

Răspuns: Prin nimic nu Îi putem fi așa de bineplăcuți lui Dumnezeu decât prin suferințele și lipsurile trupești, îndurate pentru El; și prin nimic nu

putem atrage atât de mult iubirea Lui de oameni ca prin lacrimi.

**33. Întrebare: Cum să luptăm cu patimile?**

Răspuns: Creștinul trebuie să se străduiască să facă ceea ce este potrivit patimilor, de exemplu: patima te obligă să te împotrivești, dar tu te silești să taci; patima te obligă să te îmbuibă, dar tu nu-ți dai voie să te sature și așa mai departe.

**34. Întrebare: Cum să privim prăznuirea sărbătorilor?**

Răspuns: Domnul spune în Biblie: „Sărbătorile voastre le urăște sufletul Meu”, adică sărbătorile care sunt celebrate prin beție, ospete, îmbuibare și așa mai departe. În general, în zilele de sărbătoare (care nu sunt prăznuite duhovnicește) se risipește ceea ce s-a adunat în zilele de trudă.

**35. Întrebare: Cum să scăpăm de ispite?**

Răspuns:

1. Să nu ne uităm la ceea ce fac oamenii, oricine ar fi ei, ci să ascultăm și să fim atenți la ceea ce ne învață Cuvântul lui Dumnezeu.

2. Să urmărim viața Mântuitorului și a Sfinților Lui.

3. Să întoarcem auzul și ochii de la cele nefolositoare, căci prin ele, ca prin niște uși, intră în inimă tot răul.

**36. Întrebare: Cum să-l învățăm pe copil frica de Dumnezeu?**

Răspuns:



1. Să-l deprindem pe copil să se închine până la pământ înaintea Sfintei Cruci și a sfintelor icoane și să le sărute.

2. Să-l ducem mai des la biserica lui Dumnezeu.

3. Cu mâna lui: să pună lumânări înaintea icoanelor, să dea pomelnice, să dea milostenie, să lase bănuți în cutia săracilor.

4. Să se împărtășească des cu Sfintele lui Hristos Taine.

5. Să-i dăm prescură și aghiasmă înainte de mâncare.

6. Să-l învățăm rugăciuni.

7. Să-l ducem să-l binecuvânteze preotul.

8. Să-l deprindem cu cântarea și citirea acasă.

9. În prezența copilului să purtăm discuții duhovnicești despre Dumnezeu și mântuirea sufletului.

10. Să-l deprindem să-și împartă dulciurile, chiar și bucata lui de pâine cu frații, cu surorile și cu alte persoane străine.

**37. Întrebare: Cum este mai bine să-i pedepsim pe copii?**

Răspuns: Nu trebuie să-i supunem pe copii nici muștrărilor, nici pedepselor mâniindu-ne și rostind cuvinte urâte, pentru ca prin aceste metode să nu-i facem să creadă că ei îndură pedepse numai pentru că părinții lor se află într-o stare de neliniște.

**38. Întrebare: Cum să-i învățăm pe copii cele dumnezeiești?**

Răspuns: Pe copii trebuie să-i învățăm Evanghelia cu blândețe sub forma povestirilor și astfel să semănăm în inimile lor Cuvântul lui Dumnezeu.

**39. Întrebare: Ce este important în osteneli?**

Răspuns: Ce folos au ostenelile noastre: postul, citirea Sfintelor Scripturi și celelalte dacă nu învățăm să ne smerim, să iertăm ocările, să-i iubim pe vrăjmași, să ne rugăm pentru cei ce ne ocărăsc?!

**40. Întrebare: Cum să folosim timpul spre mântuirea sufletului?**

Răspuns: Timpul este un dar prețios al lui Dumnezeu, pentru care la Înfricoșătoarea Judecată ni se va cere socoteală. El este folosit spre mântuire atunci când omul își petrece timpul: 1) în rugăciune, în convorbire cu Dumnezeu; 2) în citirea Cuvântului lui Dumnezeu; 3) în mersul la biserica lui Dumnezeu; 4) în discuții duhovnicești; 5) în cugetarea la viața Mântuitorului Iisus Hristos, la moarte, la Înfricoșătoarea Judecată, la chinurile veșnice și la fericirea veșnică; 6) în lucrarea faptelor bune și a ostenelilor. Petrecerea vătămătoare de suflet a timpului constă în discuții și ocupații deșarte, în jocuri (de cărți, loto) și în alte distracții, în beție, în citirea cărților deșarte, în îmbuibare, în plăceri păcătoase, mai ales la spectacole smintitoare.

**41. Întrebare: Cum să luptăm cu gândurile păcătoase?**



Răspuns: Cea mai puternică armă împotriva tuturor gândurilor păcătoase este rugăciunea, mai ales rugăciunea lui Iisus. Totuși există și alte mijloace de luptă. Împotriva gândurilor de slavă deșartă și înfumurare, trebuie să ne amintim că trupul nostru va putrezi; împotriva mândriei – să ne aducem aminte că numai mândria mănâncă toate faptele bune; împotriva pomenirii răului – să ne rugăm pentru vrăjmași; împotriva osândirii – să ne muștrăm din pricina mândriei, să ne amintim păcatele noastre și să ne rugăm ca Domnul să-l îndrepte pe cel căzut în păcat și să-l miluiască; împotriva gândurilor hulitoare – să nu acordăm atenție hulei și să o atribuim diavolilor, să o mărturisim (în general) la spovedanie, să citim o rugăciune pentru cel împotriva căruia este hula; împotriva gândurilor deșarte – să citim Sfânta Scriptură și să cugetăm la Dumnezeu și la cele dumnezeiești; împotriva gândurilor desfrânate – să pomenim Înfricoșătoarea Judecată, chinurile veșnice.

**42. Întrebare: Căror stareți, părinți duhovnici să le cerem sfaturi?**

Răspuns: Mare și mântuitor lucru este să cerem sfatul stareților, dar în același timp Sfântul Antonie cel Mare ne-a sfătuit să ne încredințăm de dreapta judecată și de priceperea starețului și abia atunci să ne încredem în cuvântul lui și să primim fără cârtire sfaturile lui. Semnul după care putem recunoaște aceste lucruri este acordul dintre cuvântul lui și Cuvântul lui Dumnezeu, așa cum a fost tâlcuit de Sfinții Părinți.

**43. Întrebare: Ce înseamnă a fi neglijent din punct de vedere duhovnicesc?**

Răspuns: La această întrebare ne răspunde Arhiepiscopul Arsenie. Acest lucru înseamnă a te ruga cu lene, a nu fi atent la inima ta, a nu plânge pentru păcate, a nu lucra împotriva gândurilor și simțămintelor rele.

**44. Întrebare: Ce sunt atenția, vioiciunea și trezvia?**

Răspuns: Cel ce este închis în inimă este concentrat, iar cel ce este concentrat se află în inimă. În jurul conștiinței, în inimă, trebuie să se adune toate puterile: și mintea, și voința, și sentimentul. Concentrarea minții în inimă este atenția, concentrarea voinței în inimă este vioiciunea, concentrarea simțirii în inimă este trezvia. Atenția, vioiciunea și trezvia sunt cele trei lucrări lăuntrice prin care se săvârșește concentrarea sinelui și lucrează viața lăuntrică. Cine le are pe ele, acela se află înlăuntrul său (Sfântul Teofan Zăvorâtul). Concentrarea îi dă posibilitatea de a vedea în inimă gândurile, dorințele, patimile și sentimentele.

**45. Întrebare: Cum este mai bine să citim cărțile dumnezeiești?**

Răspuns: Bun lucru este să ascultăm și să citim cele dumnezeiești, mai bun este convorbirea duhovnicească și mai bun este cuvântul celui priceput. Mai roditor este Cuvântul lui Dumnezeu, iar după el – scrierile Părinților și Viețile Sfinților.



Viețile Sfinților sunt bune pentru începători; scrierile Părinților – pentru cei avansați; iar cuvântul lui Dumnezeu (Biblia) – pentru cei desăvârșiți. Înainte de citire să-ți golești sufletul de toate și să te îndrepți în rugăciune către Dumnezeu. Să urmărești cu atenție cele citite și să le așezi în inimă. Dacă ceva nu a ajuns în inimă, să stăruie până când ajunge. Trebuie să citești foarte încet. Să întrerupi citirea atunci când sufletul nu mai voiește să se hrănească prin citit – înseamnă că s-a săturat. Dacă sufletul este uimit de un text, rămâi la el și nu citi mai departe. Cel mai bun timp pentru Cuvântul lui Dumnezeu este dimineața, pentru Viețile Sfinților – după masă, iar pentru Sfinții Părinți – nu cu mult înainte de culcare. Există anumite texte ale Sfintei Scripturi care aprind duhul, lucrează asupra inimii și provoacă zdrobire de inimă și lacrimi. De aceea, asemenea texte trebuie notate și păstrate, în caz de nevoie, pentru trezirea duhului.

**46. Întrebare: Ce este mai presus – a cheltui bani pentru Biserică sau a răbda să fii furat?**

Răspuns: Este la fel de bine și să-ți cheltui mijloacele materiale pentru împodobirea bisericilor și să înduri pierderile, mulțumind (pentru toate) lui Dumnezeu, Proniatorului mântuirii noastre.

**47. Întrebare: Care lacrimi sunt mântuitoare?**

Răspuns: Lacrimile datorate supărării, jignirii nu sunt folositoare, însă cele vărsate pentru faptul că sunt leneș, că mă supăr, că nu am dragoste adevărată

pentru Dumnezeu sunt folositoare și pentru ele trebuie să mă rog, ca Domnul să mi le dăruiască.

**48. Întrebare: Care sunt cele două patimi cu deosebire dăunătoare sufletului?**

Răspuns: Toate patimile sunt rele și dăunătoare sufletului, dar cele mai cumplite și mai dăunătoare sunt îndreptățirea de sine și iubirea pentru certuri; tocmai de aceea diavolul ne silește să îi contrazicem pe ceilalți spre a ne îndreptăți pe noi, căci știe că, dacă vom îndura și nu ne vom îndreptăți, vom fi îndreptățiți de Dumnezeu (Arhimandritul Teofan Novoezerski).

**49. Întrebare: Care este lucrul cel mai bun pentru liniștea sufletului?**

Răspuns: Încercând multe în viață, nu am găsit nimic mai bun pentru pacea și liniștea sufletului meu decât folosirea cu măsură a hranei, șederea într-un singur loc și îndeletnicirea sânguincioasă cu Cuvântul lui Dumnezeu (Ieroschimonahul Ștefan).

**50. Întrebare: Ce îi place lui Dumnezeu?**

Răspuns: Lui Dumnezeu îi place purtarea blândă față de oameni, alinarea celui supărat, apărarea celui asuprit, întoarcerea ochilor de la lucrurile rele, împotrivirea față de gândurile rele, silirea spre rugăciune (Arhimandritul Teofan Novoezerski).

**51. Întrebare: Care sunt „groparii tinereții”?**



Răspuns: Groparii tinereții sunt șapte: necredința în Dumnezeu, beția, desfrâul, mânia, necinstirea părinților, tovărășia cea rea și trândăvia.

**52. Întrebare: Când devine rugăciunea păcat?**

Răspuns: Este păcat a te ruga lui Dumnezeu fără frică, atenție și evlavie, a te ruga cu limba, iar cu mintea a purta discuții cu diavoli.

**53. Întrebare: Cum să sporim iubirea pentru Hristos?**

Răspuns: Cel mai mult întărește și sporește iubirea noastră pentru Hristos cugetarea sinceră la patimile lui Hristos. Pentru aceasta este bine ca în fiecare zi de dimineață să alegem una dintre pătimirile lui Hristos, să cugetăm temeinic la ea și să o pomenim mai des în cursul zilei. Datorită acestui lucru vom dobândi darul răbdării, al blândeții și al iubirii pentru Hristos.

**54. Întrebare: Ce vor de la noi oamenii lumești?**

Răspuns: Oamenii care trăiesc în duhul veacului acestuia desfrânat și sunt necredincioși stăruie ca noi, în locul voii lui Dumnezeu, să facem voia lor și vor să ne atragă de la Împărăția lui Dumnezeu.

**55. Întrebare: Care sunt piedicile în rugăciune?**

Răspuns: În rugăciune sunt multe piedici: somnul, tristețea, îngreuierea trupului, împrăștierea gândurilor, nerăbdarea, istovirea, revolta diavolilor.

**56. Întrebare: Deseori suntem sfătuiți să mâncăm mai mult, cum să ne raportăm la aceste sfaturi?**

Răspuns: Nu ascultați sfaturile oamenilor care-și fac voia lor și care s-au făcut robii pântecelui și ai patimilor trupesti. În general, să vă temeți de sfaturile rele mai mult decât de vrăjmași (Sfântul Efrem Sirul).

**57. Întrebare: Cum se explică lucrarea firii lui Adam?**

Răspuns: Creștinul trebuie să se împotrivească firii păcătoase a lui Adam. Sfântul Efrem Sirul spune în învățătura sa: firea lui Adam este așa – eu nu vreau să învăț, dar pe alții sunt bucuroși să-i învăț; nu vreau să mă supun, dar îmi place să-i supun pe alții; nu vreau să muncesc, dar îmi place să-i pun pe alții la muncă; nu vreau să acord altora cinste, dar doresc să fiu cinstit de ei; nu îndur muștrările, dar îmi place să muștru; nu vreau să fiu umilit, dar îmi place să umilesc. Sunt înțelept ca să dau sfaturi, dar nu ca să le împlinesc eu însumi; ce trebuie să fac – aceea spun, iar ceea ce nu trebuie nici să spun – aceea fac. Dacă fratele meu greșește, cu plăcere îl dau în vileag, iar dacă greșesc eu, nu primesc cu plăcere muștrarea.

**58. Întrebare: De ce trebuie să evităm legătura cu oamenii lumești?**

Răspuns: Nu trebuie să avem legătură cu cei ce disprețuiesc frica de Dumnezeu, deoarece ei nu spun nimic folositor, nu fac nimic pentru Domnul și nu vorbesc nici despre virtuți, nici despre evlavie, nici



despre curăție. Vorbele lor sunt o cursă a morții; sfatul lor este prăpastia iadului, iar legătura cu ei este pagubă sufletească (Sfântul Efrem Sirul).

**59. Întrebare: Cum trebuie să-i salutăm pe oameni?**

Răspuns: Nu trebuie să așteptăm să ne salute ei mai întâi și abia după aceea să le răspundem la salut. Acesta este semnul unei minți îngâmfate și nechibzuite. Dimpotrivă, să fim întotdeauna primii care-l salută și pe prieten, și pe dușman.

**60. Întrebare: La ce trebuie să acordăm de obicei atenție în timpul nevoințelor?**

Răspuns: Cel mai puțin să vă opriți atenția la nevoințele exterioare (de exemplu: la post, metanii, dormitul pe loc tare și așa mai departe). Deși ele sunt necesare, totuși sunt numai ajutoare. Clădirea se zidește cu ajutorul lor, însă ele nu sunt clădirea. Clădirea se află în inimă. Lucrărilor inimii să le acordați atenția voastră (adică să nu vă supărați, să nu osândiți, să iertați, să respingeți gândurile hulitoare și dorințele păcătoase și așa mai departe).

**61. Întrebare: Cum să viețuim dacă nu avem îndrumător?**

Răspuns: Adevăr grăiește N. când spune că astăzi nu mai sunt îndrumători adevărați. Cu toate acestea, nu trebuie să rămânem numai cu Scriptura și cu învățăturile Părinților. Este nevoie de dialog! Starețul Paisie a hotărât așa: doi sau trei oameni cu aceleași idei alcătuiesc o comunitate și se întreabă

unul pe celălalt, ducându-și viața în ascultare reciprocă, cu frică de Dumnezeu și rugăciune (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**62. Întrebare: Cum trebuie să fie milostenia?**

Răspuns: Creștinul poate da milostenie și ajutor nu numai din punct de vedere material, ci și prin cunoștințele, osteneala, sfatul și celelalte ale sale (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**63. Întrebare: Cum este mai bine să-i întrebăm pe stareți, pe unul singur sau pe mai mulți?**

Răspuns: Niciodată nu trebuie să întrebăm diferiți îndrumători despre unul și același lucru și nici să-l întrebăm iarăși pe același îndrumător, deoarece numai primul răspuns vine de la Domnul, iar al doilea vine din chibzuința omenească a starețului... Fiecare dintre cei care cer sfaturi își însușește duhul smereniei și prin acesta Îl urmează pe Hristos.

**64. Întrebare: Ce este meditația dumnezeiască?**

Răspuns: Meditația dumnezeiască este ținerea în minte a unui adevăr: a întrupării, a morții pe cruce, a învierii, a atotprezenței lui Dumnezeu și așa mai departe, fără nici o îndrumare a minții (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**65. Întrebare: Căror îndrumători trebuie să le cerem sfatul?**

Răspuns: Sfântul Petru Damaschin spune despre sine: „Mult rău am căpătat de la sfetnicii



nepricepuți". De aceea este foarte bine să întrebăm despre toate, dar pe cei pricepuți, iar pe cei nepricepuți este primejdios să-i întrebăm, deoarece ei nu au chibzuință.

**66. Întrebare:** *Cum să ni-L închipuim pe Dumnezeu? În cer, în noi înșine sau mai cum?*

Răspuns: Nicicum. Dobândiți obiceiul de a stăruî în convingerea că Dumnezeu este pretutindeni și, prin urmare, și în voi, și vede toate ascunzișurile voastre și în această convingere rămâneți cu evlavie înaintea lui Dumnezeu, Celui nevăzut, fără să vi-L închipuiți în vreun fel. Și rugați-vă ca Dumnezeu Însuși să vă învețe acest lucru (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**67. Întrebare:** *Care este principala jertfă înaintea lui Dumnezeu?*

Răspuns: Principala jertfă înaintea lui Dumnezeu este duhul umilit. Inima înfrântă și smerită Dumnezeu nu o va urgisi.

**68. Întrebare:** *Ce trebuie să știm despre discuții?*

Răspuns: În discuții trebuie să fim foarte precauți: în ce duh și în ce direcție urmează să vorbim, în ce moment și ce anume și cu ce scop... Cel căruia îi place să vorbească trebuie să țină minte toate acestea.

**69. Întrebare:** *Ce este buna credință?*

Răspuns: Prin buna credință trebuie să înțelegem ortodoxia unită cu viața după poruncile lui Dumnezeu.

**70. Întrebare:** *Ce păcate sunt socotite de moarte?*

Răspuns: Păcatele de moarte sunt – erezia, schisma, hula împotriva lui Dumnezeu, lepădarea de credință, vrăjitoria, deznădejdea, sinuciderea, desfrâul, beția, furtul celor sfinte, omuciderea, jaful, hoția și orice asuprire crudă și inumană. Păcatul de moarte al unui ortodox care nu s-a vindecat prin pocăința cuvenită îl supune pe cel ce a greșit chinului veșnic (Sfântul Ignatie Briancianinov).

**71. Întrebare:** *Ce trebuie să facem și ce să nu facem în ziua de Duminică?*

Răspuns: Sfântul Cosma îi învăța pe creștini ca în zilele de duminică să nu facă negustorie, să nu meargă la bazar, să nu lucreze, de asemenea să nu meargă după smochine sau ciuperci, să nu vâneze, să nu prindă pește, ci să meargă la biserică și acolo să asculte sfânta slujbă și Cuvântul lui Dumnezeu.

**72. Întrebare:** *Cum trebuie să tâlcuim Sfânta Scriptură?*

Răspuns: Să nu îndrăznești să tâlcuiești singur Evanghelia, nici celelalte cărți ale Sfintei Scripturi. Sfântul Duh le-a tâlcuit prin Sfinții Părinți... Și Cuvântul lui Dumnezeu, cuvântul mântuirii, pentru tâlcuitorii lui cei îndrăzneți este lovitură de moarte,



sabie cu două tăişuri, prin care ei singuri se osândesc la veşnica pieire (Sfântul Ignatie Briancianinov).

**73. Întrebare: Care este cel mai puternic mijloc de luptă împotriva păcatului?**

Răspuns: Nici o nevoinţă nu izgoneşte păcatul atât de repede, cu atâta uşurinţă şi putere ca spovedania deasă.

**74. Întrebare: Ce trebuie să păzim ca să evităm păcatul?**

Răspuns: Minte – de gândurile rele, urâte şi deşarte; privirea – de încântătoare lucruri lumeşti. Inima – de dorinţele şi pornirile rele. Auzul – de discuţiile deşarte şi comice, dar cel mai mult de cele clevetitoare la adresa aproapelui. Limba – de osândire şi cârtire. Stomacul – de patima îmbuibării şi de consumul excesiv de vin. Şi pe tine tot – de trândăvie.

**75. Întrebare: Trebuie să fim sinceri cu toţi?**

Răspuns: Este cu neputinţă să fim sinceri cu desăvârşire înaintea tuturor şi în toate, este imposibil să vorbim cu fiecare despre toate lucrurile, unele trebuie să le trecem sub tăcere, să le tăinuim.

**76. Întrebare: Ce este mărinimia?**

Răspuns: Mărinimia este starea pe care o avem atunci când, în mijlocul nenorocirilor care ne lovesc, nu ne tulburăm, nu ne descurajăm şi le îndurăm fără să ne mâhnim, fără să cârtim, lăsându-ne în voia lui Dumnezeu.

**77. Întrebare: Cum să dobândim bunătatea inimii?**

Răspuns: Dacă omul nu va lua seama la viciile aproapelui, atunci cu ajutorul lui Dumnezeu se va naşte în el bunătatea inimii, prin care îi va fi bineplăcut lui Dumnezeu (Avva Dorotei).

**78. Întrebare: Ce este adâncirea în sine (retragerea înlăuntrul nostru)?**

Răspuns: Adâncirea în sine este principala virtute necesară pentru a nu fi atraşi de influenţa lumii, pentru a-i îngrădi acesteia posibilitatea de a ne stârni patimile – aceasta este lepădarea de lume (Sfântul Isaac Sirul).

**79. Întrebare: Ce este important la lucru?**

Răspuns: Când lucraţi, fiţi atenţi la duhul cu care se săvârşeşte lucrul (cu cârtire sau cu mânie, cu nemulţumire, cu vorbire deşartă, cu gânduri murdare sau cu rugăciune şi cu gândul la Dumnezeu şi aşa mai departe).

**80. Întrebare: Ce rugăciune nu îi place duhului celui rău?**

Răspuns: Diavolul, văzând cum prin lucrarea minţii cineva izbândeşte cu desăvârşire în poruncile lui Hristos, depune toate eforturile pentru a distruge toate cărţile despre rugăciunea lui Iisus şi prin oameni netrebnici să întrerupă îndeletnicirea cu lucrarea minţii (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**81. Întrebare: Cum să ne purtăm cu aproapele?**



Răspuns: Să saluți cu plăcere, să răspunzi cu seninătate, să fii binevoitor cu toți, amabil, să nu începi să te lauzi pe tine însuși, să nu îi obligi nici pe ceilalți să vorbească despre tine, să nu accepți cuvintele necuviincioase și, pe cât se poate, să-ți ascunzi superioritatea, iar cu privire la păcate să te învinuiești singur pe tine însuși și să nu aștepti să te dea ceilalți în vileag. Să nu fii grosolan în muștrări, să nu mustri imediat și cu pornire pătimasă, să nu-l osândești pe celălalt pentru ceva puțin important ca și cum tu ai fi drept. Pe cât se străduiesc ceilalți să fie proslăviți, pe atât să depui eforturi să nu fii proslăvit de oameni (Sfântul Vasile cel Mare).

**82. Întrebare: Ce fericire îi așteaptă în viața viitoare pe oamenii binecredincioși?**

Răspuns: Dacă cineva va cuprinde cu cuvântul și va uni într-un întreg toată fericirea oamenilor din momentul existenței lor și până în prezent, va afla că ea nu egalează nici cea mai mică parte din bunurile vieții viitoare (Sfântul Vasile cel Mare).

**83. Întrebare: Cum să-i slujim sufletului aproapelui?**

Răspuns: Nu trupului, ci sufletului aproapelui să-i slujești: povățuiește-l, dă-i sfaturi, arată-i o carte bună, alină-l și întărește-l (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**84. Întrebare: Care este cel mai important lucru pentru un creștin?**

Răspuns: Este grija pentru mântuirea celorlalți. La mântuirea lor, creștinul contribuie cu rugăciunea

pentru mântuire, cu făurirea mântuirii: și cu cuvântul, și cu privirea, și cu faptele, cu faptul de a nu ispiți, de a îndruma, de a povățui și de a întări mai ales prin răspândirea Dumnezeieștilor Scripturi (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**85. Întrebare: Care sunt dezavantajele căsătoriei dintre un creștin și un necredincios?**

Răspuns: Tertulian, enumerând dezavantajele căsătoriei dintre o persoană creștină și un păgân, a spus: „Unde este pomenirea despre Dumnezeu? Unde este chemarea lui Hristos? Unde este hrănirea credinței prin citirea Scripturii? Unde este adăparea duhului? Unde este proslăvirea lui Dumnezeu?”

**86. Întrebare: Ce nu trebuie să avem în casă?**

Răspuns: Pe cel ce se nevoiește îl ajută mult faptul de a nu avea în cameră nimic care să-i provoace gânduri și sentimente potrivnice lui Dumnezeu, căci numai atunci este în afara primejdiei de a duce luptă dublă, lăuntrică și exterioară (Sfântul Nil Sinaitul).

**87. Întrebare: În caz de nevoie putem scurta pravila noastră de rugăciune?**

Răspuns: În caz de mare nevoie îți poți scurta pravila, anume când pentru Dumnezeu îi slujești aproapelui (Starețul Nazarie de la Valaam).

**88. Întrebare: De ce nu ne temem de chinurile viitoare?**



Răspuns: Nu ne temem de chinul veșnic al gheenei pentru că nu ne gândim la el, nu pătrundem cu mintea în esența lui, nu ne străduim să ajungem la ea prin osteneală, deși auzim și citim deseori despre chinul cel veșnic.

**89. Întrebare: Cum ne furăm timpul?**

Răspuns: Ne furăm timpul prin faptul că nu facem nimic, prin vorbăria deșartă, prin curiozitate, prin visarea fără scop, prin mult somn. Închipuiți-vă cât bine am face dacă nu ne-am petrece timpul fără folos! Nu vă furați singuri timpul care vă este dat pentru mântuirea sufletului!

**90. Întrebare: În ce constă unirea părintelui duhovnic cu fiul său duhovnicesc?**

Răspuns: Tot ceea ce se întâmplă între părinte și fiii lui duhovnicești trebuie să rămână o taină, egală cu spovedania, altfel vrăjmașul destramă unirea lor duhovnicească în Domnul.

**91. Întrebare: Ce este lumea?**

Răspuns: Cuvântul „lume” înseamnă oamenii care sunt porniți cu vrăjmășie împotriva a tot ceea ce este dumnezeiesc și religios; de aici, prin cuvintele „lume”, „lumesc” se înțelege tot ceea ce este păcătos și este urzit împotriva noastră de vrăjmașul mântuirii: păcatele, viciile, patimile.

**92. Întrebare: Profesiile sunt deșarte sau nu?**

Răspuns: Profesiile nu sunt deșertăciuni: sunt lucrurile lui Dumnezeu. Numai să le împliniți

întotdeauna pentru Domnul, nu pentru altceva. Aceeași datorie o aveți și cu privire la viața de familie... A o împlini nu este deșertăciune. Numai să faceți aceste lucruri cu conștiința că împliniți voia lui Dumnezeu. Deșertăciunea înseamnă faptele săvârșite spre satisfacerea patimilor, care nu sunt necesare și sunt fără folos (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**93. Întrebare: Cum îl influențează pe om o întâlnire?**

Răspuns: Chiar și cea mai mică apropiere de un alt om lasă o urmă, adică ori dobândești folos, ori vătămare pentru suflet.

**94. Întrebare: De ce trebuie să ne rugăm neîncetat?**

Răspuns: Trebuie să ne rugăm neîncetat ca să nu intre vreun gând păcătos în mintea noastră și, ocupând-o cu ceva anume, să ne despartă de Dumnezeu.

**95. Întrebare: Dați-ne un exemplu de păstrare a gândurilor păcătoase!**

Răspuns: Cuviosul Teodor i-a spus monahului Amais: „Pentru ce îți închipui uneori în inima ta femei desfrânate și le îmbrățișezi în gând, iar alteori îți închipui că dormi cu o soție? Prin aceste gânduri îți întinezi tot trupul tău. Pentru ce visezi că te lupți și că în luptă devii biruitor și primești aur de la conducători? Pentru ce te îndeletnicești, în general, cu gânduri potrivnice unui creștin? (Monahul a fost alungat și a intrat diavolul în el).



**96. Întrebare:** *Cum este posibil să ne căim pentru păcate și să postim fără chibzuință?*

Răspuns: Cunosc mulți oameni care plâng pentru păcatele lor, dar nu fac nimic bun. Postesc, dar în același timp sunt însetați de bani, ca și cămătarii; se lasă în voia mâniei, ca fiarele sălbătice, și le place să-l vorbească pe aproapele mai mult de rău decât de bine. Aceasta nu este pocăință. Dacă postim și în același timp întreținem în noi mândria, răutatea, dacă îl devorăm pe aproapele cu clevetirea, nu numai că nu dobândim folos, ci, dimpotrivă, ne facem nouă rău (Sfântul Ioan Gură de Aur).

**97. Întrebare:** *Ce rău poate provoca sufletului ascultarea muzicii și a cântecelor?*

Răspuns: Cântecul lumești pot provoca multe daune, multă corupție și alte rele, căci tot ceea ce este rău și imoral în ele, pătrunzând în suflet, îl slăbește și îl corupe. Acolo unde se cântă cântece rușinoase, se strâng demonii; și, dimpotrivă, acolo unde se cântă cântări duhovnicești, coboară harul Sfântului Duh, care sfințește și gurile, și sufletele celor ce cântă (Sfântul Ioan Gură de Aur).

**98. Întrebare:** *Prin ce se arată dragostea față de Dumnezeu?*

Răspuns: Dragostea față de Dumnezeu se arată prin rugăciune, prin mersul la biserică, prin împărtășirea deasă (după pregătire) cu Sfintele Taine ale Trupului și Sângelui lui Hristos, prin desfătarea

adusă de citirea sau ascultarea Cuvântului lui Dumnezeu și prin viața creștinească plină de virtuți.

**99. Întrebare:** *Întotdeauna trebuie să împlinim dorințele aproapelui?*

Răspuns: Din dragoste pentru aproapele nu trebuie să facem ceea ce cer poftele lui, patimile lui nelegiuite și deprinderile lui păcătoase. La fel și conducătorii, sub pretextul dragostei, nu trebuie să dea dovadă față de supuși de duiosie excesivă și de prea mare îngăduință (Episcopul Iacov din Nijegorod).

**100. Întrebare:** *Cum trebuie să ne căim pentru păcate?*

Răspuns: Și pentru a ne căi de păcatele noastre este nevoie de înțelepciune. Există și o căință păcătoasă pentru păcatele noastre. Atunci când ești ocupat mai mult de păcatele tale decât de Dumnezeu, greșești (Episcopul Iacov din Nijegorod).

**101. Întrebare:** *Ce lege trebuie să existe cu privire la cărțile religioase?*

Răspuns: Legea cu privire la cărțile religioase este următoarea: orice scriere și învățătură despre nevinovăție, care nu au temeiul în scrierile Sfinților Părinți, să nu fie recunoscute, oricât de frumoase ar fi scrise.

**102. Întrebare:** *Ce cere Dumnezeu de la om?*

Răspuns: Dumnezeu cere ca omul să-și spovedească întotdeauna păcatele, să aibă în același



timp umilință, cuget smerit și să nu-i disprețuiască pe ceilalți; să se căiască în fiecare zi pentru toate păcatele săvârșite cu voie sau fără voie, cu știință sau cu neștiință; să-I ceară lui Dumnezeu putere duhovnicească pentru a recunoaște cursele diavolului (Sfântul Simeon Noul Teolog).

**103. Întrebare: Ce rău îi provoacă sufletului ieșirea din casă?**

Răspuns: Câte persoane întâlnesc când vin la tine! Câte văd până când mă întorc în locul meu! Câte motive pentru gânduri primește sufletul meu la întâlnirea cu oamenii! Câte tulburări îndură din pricina patimilor care se trezesc în el și față de care se liniștise puțin (Sfântul Isaac Sirul).

**104. Întrebare: Ce atitudine are Biserica noastră față de catolici?**

Răspuns: Biserica noastră Ortodoxă îi socotește pe catolicieretici (Sfântul Macarie de la Optina).

**105. Întrebare: De unde vin multe credințe în lume?**

Răspuns: Vrajmașul mântuirii noastre, diavolul, a dat naștere și dă naștere la nenumărate învățături mincinoase, erezii, secte și schisme prin care îi desparte în veci pe oameni de Dumnezeu (Sfântul Ioan de Kronstadt).

**106. Întrebare: Nu îi prețuim, oare, pe scriitorii și învățătorii laici peste măsură și în detrimentul bunei noastre credințe și al devotamentului față de Dumnezeu și Biserică?**

Răspuns: Da, într-adevăr, așa facem, căci vedem care sunt roadele educației lumești a copiilor noștri, ale educației întemeiate pe studiul scriitorilor lumești și pe înstrăinarea de Sfânta Scriptură și de Biserică. Ce iese din ele? Lipsa de respect față de Biserică, lipsa de evlavie față de dumnezeiasca slujbă, necinstirea părinților, a conducătorilor, atracția față de înfățișarea exterioară, uitarea de țelul existenței noastre pe pământ sau denaturarea acestui țel, necredința în Dumnezeu și, în general, lipsa de integritate a vieții și dezordinea în ea, libera cugetare, încălcarea conștiinței, hula împotriva lui Dumnezeu, împătımirea față de spectacole și de celelalte distracții profanatoare (Sfântul Ioan de Kronstadt).

**107. Întrebare: Care sunt obligațiile creștinului față de ceilalți?**

Răspuns: 1) Să-i iubească pe toți în Domnul. 2) Să-i acorde fiecăruia întâietate. 3) Să îndure cu răbdare defectele și neputințele lor. 4) Să nu supere pe nimeni cu nimic. 5) Prin discuții duhovnicești să-și aducă folos unul altuia. 6) Să se roage unul pentru celălalt.

**108. Întrebare: Cum să ne împăcăm în timpul disputei?**

Răspuns: Cele mai sigure mijloace pentru a ajunge la împăcare în timpul disputei care s-a stârnit sunt smerenia și rugăciunea fierbinte către Dumnezeu, prin care se alungă duhurile răutății de la cei învrăjbiți. Puterea rugăciunii și a smereniei este



atât de mare încât, parcă nevrând, i se supune cel învrăjbit și se împacă cu aproapele; chiar și cei mai răi vrăjmași sunt biruiți de ea.

**109. Întrebare:** *Putem mânca pește în zilele de miercuri și vineri?*

Răspuns: În zilele de miercuri și vineri pravilele Sfinților Părinți interzic peștele, iar în cele din timpul posturilor mari interzic și untdelemnul de post. Dar, oare, toți respectă acest lucru? Ce răspuns vom da lui Dumnezeu pentru toată această neglijență? Numai pocăința și smerenia ne dau nădejde în a dobândi mila lui Dumnezeu (Sfântul Macarie de la Optina).

**110. Întrebare:** *Cum trebuie să fie adevărata simplitate?*

Răspuns: Se cuvine ca simplitatea să nu fie fără înțelepciune.

**111. Întrebare:** *Asupra căror oameni trebuie să ne oprim cu gândul?*

Răspuns: Sfinții Părinți ne învață să nu ne oprim cu gândul nostru la acei oameni care ocupă o poziție mai bună decât noi (care trăiesc mai bine), ci la aceia care se află într-o situație mai neplăcută decât noi. Primul lucru ne duce la cârtire sau la invidie, iar ultimul ne determină să fim mulțumiți de starea noastră.

**112. Întrebare:** *Cum să ne purtăm față de vrăjitori, ghicitori și de cei care aleargă la ei?*

Răspuns: Singurii oameni față de care sfântul înainte-văzător Alexie din Bortsumani s-a purtat cu mare asprime au fost vrăjitorii și fermecătorii; nici măcar nu îi lăsa să intre la el și porunca să li se transmită că îi va primi doar atunci când se vor pocăi înaintea lui Dumnezeu și vor lepăda îndeletnicirea lor satanică. El îi muștra nu numai pe vrăjitorii înșiși, dar și pe toți cei care se duceau la ei pentru vrăjitoriile lor.

**113. Întrebare:** *E bună dorința potrivit căreia omul dorește să se roage cu metanii?*

Răspuns: Când îți vine dorința de a te ruga, pe lângă pravilă, (sau în general) cu deosebită rugăciune și cu metanii, o asemenea stare sufletească nu trebuie să o împiedici (Sfântul Ambrozie de la Optina).

**114. Întrebare:** *De ce suntem sfătuiți să avem o locuință răcoroasă?*

Răspuns: Deoarece ea ne ajută să luptăm cu slăbiciunea, cu lenea și cu somnul.

**115. Întrebare:** *Care este semnul venirii lui antihrist?*

Răspuns: Sfântul Atanasie cel Mare spune că unul dintre semnele venirii, care se apropie, a lui antihrist va fi trecerea ocârmuirii bisericești din mâinile arhipăstorilor în mâinile demnitarilor laici.

**116. Întrebare:** *Putem crede că necredincioșii buni la suflet sau mahomedanii se mântuiesc?*



Răspuns: Este greșit să credem și să spunem că oamenii buni, care se află printre mahomedani și necredincioși, se mântuiesc, adică intră în comuniune cu Dumnezeu. Biserica întotdeauna a recunoscut că există numai un singur mijloc de mântuire – Răscumpărătorul, Mântuitorul (Sfântul Ignatie Briancianinov).

**117. Întrebare: Cum să privim iubirea de slavă și cinstirea rangului?**

Răspuns: Orânduirea de astăzi - a sta în dreapta, în stânga, la mijloc, mai sus sau mai jos, a merge înainte sau pe alături - a produs în noi multe confuzii inutile, pe mulți i-a aruncat în prăpastie și i-a așezat de partea caprelor, pe mulți nu numai dintre cei de jos, dar chiar și dintre păstorii care, învățători fiind, nu au învățat acestea (Sfântul Grigorie Teologul).

**118. Întrebare: Orice pace este plăcută lui Dumnezeu?**

Răspuns: „Să nu facem pace în dauna învățaturii adevărului” - spune Sfântul Grigorie Teologul. Și în Evanghelia după Luca, la capitolul 23, versetul 12 citim cum au devenit prieteni Irod și Pilat după batjocorirea lui Iisus Hristos, căci înainte avuseseră dușmănie între ei.

**119. Întrebare: Cum să afle oamenii lumești adevărata credință (căci ortodocșii o cunosc prin harul Duhului Sfânt)?**

Răspuns: Fiecare credință de pe pământ poartă numele omului care a inițiat-o: mahomedanii poartă numele lui Mahomed, papistașii (catolicii) poartă numele papei; luteranii poartă numele lui Luther, pașcoviții poartă numele lui Pașcov; și celelalte credințe care poartă numele oamenilor și datorită lor sunt numite așa nu sunt ale lui Dumnezeu și Dumnezeu nu este în ele. Căci, dacă sunt credințele lui Dumnezeu, atunci de ce poartă numele oamenilor? Singura și adevărata credință este cea ortodoxă, căci poartă numele lui Dumnezeu Însuși - al lui Hristos - credința creștină (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**120. Întrebare: Este folositoare comunicarea deasă cu diferiți oameni?**

Răspuns: Nu trebuie să avem legături fără chibzuință pentru a nu suferi vreun rău din diferitele discuții primejdioase (Sfântul Teofan Zăvorâtul). La fel întunecă sufletul și convorbirea tainică cu gândurile.

**121. Întrebare: Cu ce trebuie să ne îndeletnicim seara înainte de culcare?**

Răspuns: Seara trebuie să curățim sufletul (prin pocăință, prin zdrobirea inimii) de orice și să încetăm activitatea pentru ca el să rămână liber numai cu Domnul. Și așa să mergem la culcare. Iar fără acest lucru să nu mergem la culcare, ci să ne dăm osteneala pentru el (Sfântul Teofan Zăvorâtul).



**122. Întrebare:** Cum să înviem în noi frica de Dumnezeu?

Răspuns: Osteniți-vă să vă puneți în situația celui care acum moare și acum trebuie să se înfățișeze la judecată și pe lângă aceasta să treziți în voi simțămintele corespunzătoare. Nimic nu învie frica de Dumnezeu așa ca punerea voastră în această situație și ca simțirea ei.

**123. Întrebare:** Care păcat este de moarte și care nu este de moarte?

Răspuns: Păcatul de moarte este cel care omoară sufletul, lipsindu-l de har. Iar păcatul care nu este de moarte este cel care nu omoară, dar murdărește sufletul. În viață trebuie să fie așa: imediat ce te mustră conștiința, căiește-te (adică du-te și spune la spovedanie; nu este obligatoriu să te împărtășești), iar prin aceasta puterea vătămătoare a păcatului se va curma.

**124. Întrebare:** Cum să folosim gândurile rele la mântuirea sufletului?

Răspuns: Gândurile rele sunt mântuitoare pentru noi dacă simțim că sunt rele și luptăm cu ele și nu le ducem la împlinire (Starețul Nectarie de la Optina).

**125. Întrebare:** Numai prietenia cu cei răi îi face rău creștinului?

Răspuns: Nu numai prietenia cu cei răi, dar și cărțile, imaginile, cântecele și discuțiile murdare și desfrânate îl vatămă cumplit pe om.

**126. Întrebare:** Pentru ce trebuie să cunoaștem învățătura de credință ortodoxă?

Răspuns: Nu este de ajuns doar să trăim cucernic și virtuos, mai trebuie să ne îngrijim de însușirea conștiință a învățăturii ortodoxe despre viața creștină și trebuie să cunoaștem tocmai următoarele lucruri: în ce constau faptele bune, cum trebuie să le săvârșim și în ce condiții pot fi ele plăcute lui Dumnezeu. Cel ce nu știe nimic din toate acestea poate face fapte bune, dar care să nu fie deloc bune; le poate face ori din neștiință, ori fără smerenie, ori fără să-i pese de celelalte obligații morale, astfel că nu va dobândi nici un folos pentru suflet din săvârșirea faptelor bune.

**127. Întrebare:** Ce mai trebuie să știe creștinul?

Răspuns: În afară de adevărurile morale, creștinul este dator să cunoască dogmele credinței. Neștiința lor poate duce la cele mai mari rătăcirii, la erezii, la superstiții și de aceea nu este mai puțin dăunătoare decât viața necreștinească sau viața pseudo-creștinească.

**128. Întrebare:** La ce trebuie să se gândească creștinul?

Răspuns: Ce facem noi cu ajutorul capului? Chibzuim, judecăm, gândim. Păcătosul chibzuiește cum să-și orânduiască mai bine viața pământească, cum să-și satisfacă dorințele lui păcătoase, dar voi să vă gândiți la altceva: cum să săvârșiți binele spre folosul sufletului vostru. Păcătosul are gânduri și



idei întinate, necurate, dar voi să vă gândiți mai mult la Dumnezeu, la veșnicie, la milele lui Dumnezeu, la răspunsul pe care îl veți da la Înfricoșătoarea Judecată a lui Hristos.

**129. Întrebare: Cum să transformăm trupul nostru în instrument al dreptății?**

Răspuns: Păcătosul se uită la ceea ce este ispititor, la ceea ce este necurat, la imagini imorale (statui dezgolate, afișe păcatoase), se uită la ceea ce îi stârnește pofta (la spectacole smintitoare), iar dreptul își îndreaptă ochii săi către imaginile sfinte, care trezesc gânduri sfinte, către fotografiile stareților, ale asceților, ale mănăstirilor... Păcătosul ascultă și spune lucruri deșarte și păcatoase, cântă cântece ispititoare, ascultă muzică săltăreață și din gura lui, în afară de acestea, se aud des fie osândiri, fie vorbe de ocară, iar dreptul iubește cântarea duhovnicească, discuțiile despre credință, serioase și îndeosebi tot ce este bisericesc. Păcătosul merge în locuri de distracții, de veselie, iar picioarele dreptului nu cunosc căile necredincioșilor și cele către faptele rele; pașii lui se îndreaptă spre biserica lui Dumnezeu, spre mănăstiri, spre locurile sfinte unde au viețuit și s-au nevoit plăcuții lui Dumnezeu... Măinile păcătosului slujesc ca instrument al nedreptății: el răpește cu ele avutul străin, îi face rău aproapelui; iar mâinile dreptului slujesc ca instrument al binelui: el ba își face cu ele semnul crucii, ba își săvârșește lucrul spre folosul familiei sale, spre folosul societății... Păcătosul își odihnește, își răsfășă, își desfată și își hrănește cu bunătați trupul său, iar dreptul nu

socotește că trupul este al său, ci al Domnului. El îl ostenește prin muncă neîncetată, prin metanii și îl păzește în curăție și sfințenie.

**130. Întrebare: Cum trebuie să povățuim, să împărtășim cunoștințele noastre corect?**

Răspuns: Pentru a-i povățui pe ceilalți cu privire la credința și viața creștină, trebuie să facem acest lucru potrivit cu învățătura Bisericii, călăuzindu-ne nu după propria pricepere, ci după învățătura Părinților și Învățătorilor Bisericii. În caz contrar, îi putem duce pe cei povățuiți în rătăcire și va trebui să dăm pentru ei răspuns la judecata lui Dumnezeu. În afară de aceasta, se cuvine să ne amintim învățăturile mitropolitului Bartolomeu: „Cum îl poți învăța pe cel nechibzuit dacă tu însuși ești nechibzuit? Cum poți fi învățător dacă tu însuși nu ești învățat? Cum îl poți îndruma pe cel rătăcit dacă tu însuși nu știi drumul pe care mergi?”

**131. Întrebare: Care dintre virtuți este cea desăvârșită și următoare a lui Hristos?**

Răspuns: Prin nimic nu Îl poți urma atât de mult pe Hristos ca prin grija față de aproapele. Chiar dacă postești, chiar dacă dormi pe scândură, chiar dacă te istovești, totuși, dacă nu te îngrijești de aproapele, nu faci nimic important. Nici o nevoință nu poate fi cu adevărat înaltă dacă nu le aduce folos celorlalți. A aduce folos – acest lucru îndeosebi l-au avut în vedere în trecut toți oamenii mari și plini de bărbăție. Cercetează cu atenție viețile lor și vei vedea clar că fiecare dintre ei a avut ca scop nu folosul său,



ci al aproapelui; și mai ales prin acest lucru s-au proslăvit.

**132. Întrebare:** *Mă sperie gândurile despre chinurile pentru credință. Cum de nu s-au speriat de ele mucenicii?*

Răspuns: În Antichitate, mucenicii erau așa: în anumite zile chiar și gândul la chinuri îi speria, iar în zilele următoare erau martiri înflăcărați ai chinurilor mari și mărturisitori îndrăzneți ai numelui lui Iisus Hristos. Acest lucru se întâmpla datorită harului lui Dumnezeu, care era atras prin credință, smerenia duhului și rugăciune (Starețul Ioan Troițki).

**133. Întrebare:** *Când nu trebuie să dăm sfaturi și învățături?*

Răspuns: Când încă suntem verzi și nu avem ciorchinele copt (adică nu am ajuns la viața duhovnicească și la chibzuință), să nu dorim să dăm sfaturi, nici să-i învățăm pe ceilalți, ca să nu devenim jucăria demonilor (Sfântul Nil Sinaitul).

**134. Întrebare:** *Le putem lăsa copiilor bogăție?*

Răspuns: Copiilor trebuie să le lăsăm bogăție cu chibzuință, căci ea pe mulți i-a vătămat - și sufletește, și trupește - și pe mulți i-a băgat în mormânt de timpuriu (Starețul Arsenie Athonitul).

**135. Întrebare:** *Cum putem observa diferența dintre cei buni și cei răi?*

Răspuns: Oamenii buni sunt liniștiți, căci se bucură de o conștiință curată, care nu este chinuită

de muștrări lăuntrice. Iar oamenii răi sunt întotdeauna neliniștiți. Oamenii buni se ostenesc cu sânguință în chemarea lor, iar oamenii răi se află întotdeauna în plimbări și în lux - astăzi este veselie, mâine distracție, poimâine la fel. Oamenii buni își folosesc darurile lor spre folosul celorlalți: rațiunea - pentru a povățui fie cu cuvântul, fie cu Scriptura; bogăția - pentru ajutorarea oamenilor săraci. Iar oamenii răi folosesc rău darurile date lor de Dumnezeu: rațiunea - la clevetiri și la intrigi viclene pentru aproapele lor; bogăția - pentru luxul personal; iar învățătura - pentru alcătuirea basmelor și a cărților ispititoare.

**136. Întrebare:** *Prin ce se deosebesc interesele duhovnicești de cele lumești?*

Răspuns: Oamenii din lumea aceasta sunt călăuziți de interese zilnice. Aceste interese sunt fie duhovnicești, sfinte, drepte, dumnezeiești, fie sunt interese trupești, lumești, deșarte, vremelnice, diavolești. Omul este interesat de credința sa, de viața viitoare, de rugăciune, de îndreptarea inimii sale, de pocăință, de milostenie, de Cuvântul lui Dumnezeu, de împărtășirea cu Sfintele Taine, de cântarea și citirea bisericească, de convorbirile duhovnicești sau este interesat de pântecelul său, de bani, de bogăție, de casa sa, de noutățile din lume, de diferitele distracții trecătoare. Primele sunt interese mântuitoare, care duc la viața veșnică, iar celelalte sunt interese pierzătoare. Vrajmașul îi prinde pe oameni în orice mod, prin orice cursă, prin mii de pasiuni deșarte, și le pune ușor în fața omului, aici,



pentru a nu-l lăsa nicicum să se atașeze de Dumnezeu, Izvorul vieții. Ferește-te, omule, de acest lucru, pentru Împărăția lui Dumnezeu! (Sfântul Ioan de Kronstadt)

**137. Întrebare: Cum trebuie să-mi trăiesc viața?**

Răspuns: Să-ți trăiești viața așa: când te scoli din somn, să-I mulțumești și să te rogi lui Dumnezeu. Când vii de la biserică, să citești dintr-o carte ceva spre folosul sufletului tău, apoi să te apuci de lucru. După ce ai lucrat destul, să te rogi din nou. După ce te-ai rugat, să citești iar și să te apuci iar de lucru. Și așa să faci totul pe rând – să te rogi, să citești, să lucrezi. Dar și la lucru, și în osteneli să-ți ridici mintea ta la Hristos, să te rogi Lui ca El să te miluiască și să te ajute. Dacă vei face totul așa pe rând, atunci față de toate – și față de citire, și de rugăciune, și de lucru - vei avea tragere de inimă și sânguință. Schimbarea provoacă tragerea de inimă și sporește râvna... Să pomenești deseori moartea, judecata lui Hristos și veșnicia. Cu aceste gânduri, ca și cu un bici, se alungă tristețea și plictiseala (Sfântul Tihon de Zadonsk).

**138. Întrebare: Este necesară chibzuința în faptele bune?**

Răspuns: Citirea sfintelor cărți, privegherea, postul și rugăciunile sunt folositoare și necesare, dar la momentul potrivit și în măsura convenită, altfel vor fi mai mult dăunătoare decât folositoare. Măsura se determină numai prin chibzuință.

**139. Întrebare: Ne putem mântui fără să ne împlinim îndatoririle?**

Răspuns: Este îndoielnic ca mântuirea să se poată dobândi fără împlinirea îndatoririlor pe care le presupun chemarea și starea noastră. Căci, așa cum și una și alta sunt de la Dumnezeu, tot așa, și una, și cealaltă pot fi folosite fie spre a face pe plac lui Dumnezeu, dacă sunt împlinite cu credință, fie spre a-L supăra, dacă nu sunt împlinite (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**140. Întrebare: Ce este important în prietenie?**

Răspuns: Prietenia nu trebuie să ne tragă spre păcat. Ea nu trebuie să fie legată cu un om mândru sau iute din fire.

**141. Întrebare: Ce tendințe păcătoase sunt caracteristice pentru societatea contemporană?**

Răspuns: Acum în societate a intrat moda de a nu vorbi deloc despre Domnul și despre mântuire, pe când înainte se purtau numai discuții despre aceste subiecte dragi. Spre ce trage inima mai mult, despre aceea discuțiile se poartă cu plăcere. Judecând după vorbe, nu se vede că oamenii L-ar iubi pe Domnul și s-ar gândi la El... Și reiese că discuția despre Domnul Mântuitorul și despre principala noastră lucrare – mântuirea – este exclusă din cercul discuțiilor care se poartă în societate.

**142. Întrebare: Cât de important este în viața duhovnicească să gândim și să credem corect?**



Răspuns: Dacă omul dobândește toate virtuțile în viața lui, dar nu are credință dreaptă, atunci va ajunge în acest loc al chinurilor (Din vedenia despre călugărul Teofan, Patericul Sinaitic).

**143. Întrebare:** *Cum să ținem calea de mijloc pentru a nu fi nici posomorâți, nici prea veseli?*

Răspuns: Când vezi lângă tine un om trist, de exemplu, când mergi la N. și vezi că este mâhnit, atunci trebuie să te stăpânești, să fii vesel, să-l încurajezi pe celălalt, iar dacă totul merge strună, atunci trebuie să vorbești despre lucruri serioase, nu să vorbești fără rost; în general să te îngrijești de folosul celorlalți și să faci totul spre folosul lor. Și nu numai faptele să le rânduiești așa, ci și cuvintele.

**144. Întrebare:** *La rugăciune, care sunt semnele lui Dumnezeu și care sunt ale vrăjmașului?*

Răspuns: Prin manifestările harului sau cercetările lui Dumnezeu avem parte de gânduri și sentimente bune: de bucurie, dragoste pentru Dumnezeu și pentru aproapele, chiar și pentru vrăjmași, smerenie, muștrare de sine, pocăință, zdrobirea inimii, smerenia, liniștirea inimii, pacea față de toți, dorința de bine și mântuire pentru toți. Iar datorită manifestărilor vrăjmașului avem: mândrie, conștiința propriei vrednicii, răutate, ură, cruzime, neliniște, tulburare, îndoială.

**145. Întrebare:** *De unde este obiceiul de a citi Evanghelia (mai ales cu binecuvântarea preotului) câte patruzeci de zile – pentru copii, pentru bețivi sau pentru cei apropiați?*

Răspuns: Acest obicei este luat din cuvintele ascetului lavrei Pecerska din Kiev, ale ieroschimonahului Partenie. Iată ce a spus el însuși: „Odată am citit Evanghelia timp de patruzeci de zile pentru un suflet care mi-a făcut bine și am văzut în vis un câmp acoperit de mărăcini. Deodată a căzut foc din cer, a ars mărăcinii care acopereau câmpul și câmpul a rămas curat. Fiind nedumerit față de această vedenie, am auzit un glas: «Mărăcinii, care acopereau câmpul, sunt păcatele sufletului care ți-a făcut bine; focul, care i-a ars, este Cuvântul lui Dumnezeu, citit de tine pentru el»”.

**146. Întrebare:** *Cum să ne deprindem cu răbdarea?*

Răspuns: Cel mai bine ne putem deprinde cu răbdarea prin convingerea că răbdăm pentru păcatele pe care le-am săvârșit.

**147. Întrebare:** *În ce constă dragostea oarbă a părinților pentru copii?*

Răspuns: Multor părinți, având dragoste oarbă pentru copiii lor, le e milă să-i pedepsească pentru faptele lor rele, iar după ce aceștia cresc și devin niște neisprăviți, părinții își recunosc greșeala. În afară de aceasta, copiilor trebuie să li se interzică ferm să se împrietenească cu cei răi, deoarece răutatea schimbă și rațiunea cea bună și chiar și părinții trebuie să se ferească să nu îi ducă pe copii în ispită prin ceva anume (Sfântul Tihon de Zadonsk).

**148. Întrebare:** *Cum să ne izbăvim de nesimțire?*



Răspuns: Față de nesimțirea sufletului este folositoare citirea deasă a Dumnezeieștilor Scripturi și a cuvintelor înduioșătoare ale Părinților celor purtători de Dumnezeu, pomenirea morții și a Înfricoșătoarei Judecăți.

**149. Întrebare:** Cum să biruim în noi patima desfrâului?

Răspuns: Iată mijloacele: 1) să te înfrânezi de la mâncare, băutură și somn și să dormi pe pat tare; 2) să nu-ți amintești niciodată păcatele trupești pe care le-ai săvârșit înainte; 3) să fugi de legăturile cu persoanele de sex opus; 4) să te adresezi lui Dumnezeu cu rugăciunea pentru izbăvirea de gândurile desfrânate; 5) să te abții de la dorințele necurate prin frica de pedepsele viitoare de dincolo de mormânt; 6) să te folosești de semnul crucii ca de o armă pentru alungarea atracțiilor inimii tale; 7) să-ți aduci aminte mai des de moarte; 8) să te îndrepți către taina spovedaniei și către părintele duhovnic și să-i descoperi acestuia gândurile tale; 9) să te îndeletnicești cu munca fizică; 10) să citești Sfânta Evanghelie; 11) să-ți stăpânești, să-ți înfrânezi privirea și auzul de la tot ceea ce stârnește patima desfrâului (de la imagini, cărți imorale, fotografii, statui, discuții, atingeri când mergi cu un mijloc de transport și așa mai departe).

**150. Întrebare:** Pentru ce îi sunt îngăduite omului în viață necazuri, supărări și boli?

Răspuns: Atotbunul Dumnezeu îi îngăduie omului în viața aceasta diferite necazuri și

strâmtorări, boli și alte supărări – toate acestea pentru a-i curăți sufletul de păcate și a-l sălăslui în viața veșnică.

**151. Întrebare:** Cum să ne purtăm cu cei care nu vor să se împace cu noi?

Răspuns: Vă puteți mulțumi cu faptul că în suflet v-ați împăcat sincer cu ei și că doriți pace și în comportament. Este mai bine să încetați a căuta împăcarea cu cuvântul și cu fapta: altfel, toată mânia lor se va întezi și îi va nenoroci. Căutați ocazia de a le face un bine fără știrea lor. Aflând după aceea despre el, se vor răzgândi imediat. Dar, când vă întâlniți cu ei, păstrați-vă pacea în inimă și treceți fără să-i abordați, doar rugându-vă pentru ei (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**152. Întrebare:** Cum să ne păzim în timpul mesei de desfătarea cu hrana (pe care o mâncăm)?

Răspuns: Când stai la masă, să-ți aduci aminte de păcatele tale: astfel te vei păzi de desfătarea cu hrană atunci când mănânci.

**153. Întrebare:** Ce trebuie să știm cu privire la căderea fără voie în păcat?

Răspuns: Întristarea care vine de la diavol spune: unde să mai alergi, nu mai există pocăință pentru tine! Căci diavolul spune aceste lucruri ca să-l determine pe om să lepede viața în Dumnezeu. Iar întristarea care vine de la Dumnezeu spune: nu te teme, vino iarăși la Dumnezeu, căci știe Hristos că



omul este neputincios și i-a dăruit pocăința cea mântuitoare până la moarte.

**154. Întrebare:** *Cum să dobândim pocăința și inima înfrântă?*

Răspuns: Dacă vom spovedi păcatele noastre în fiecare zi cu inima înfrântă și îndurerată, amintindu-ne tot și osândindu-ne pentru tot, fie că am făcut ceva rău cu fapta, fie că am gândit ceva rău cu mintea, fie că am spus ceva rău cu cuvântul, prin aceasta vom dobândi inimă înfrântă și căită.

**155. Întrebare:** *În ce constă începutul drumului bun și pentru ce trebuie să se căiască în mod deosebit începătorii?*

Răspuns: Începutul drumului bun constă în a se spovedi preotului din tot sufletul lor și a-și mărturisi păcatele, mai ales neștiința duhovnicească, faptul că nu au cunoștințe desăvârșite despre tainele creștinismului, că nu știu în ce constă credința (Sfântul Simeon Noul Teolog).

**156. Întrebare:** *Cum să înțelegem cuvintele: „de aproapele depinde viața sau moartea”?*

Răspuns: Acestea înseamnă: cine îl iubește pe aproapele și se îngrijește de el, acela va dobândi viața veșnică, iar cine îl disprețuiește, îl asuprește, îl necăjește, îl muștră și îl osândește pe aproapele, acela nu va dobândi viața veșnică.

**157. Întrebare:** *Am fost prădat. Cum să-mi păstrez pacea sufletească?*

Răspuns: Fugi cu orice chip de tot ceea ce distruge pacea sufletească. Ai fost prădat? Ca să fugi de păcat, mai sigur și mai bine este să nu te gândești la nimeni, ci să presupui că această încercare și ispită îți este trimisă pentru vreun păcat. Spre alinarea ta, gândește-te că cele furate sunt socotite mai presus de milostenie.

**158. Întrebare:** *Cum să ne izbăvim de fumat?*

Răspuns: Spovediți-vă în amănunt toate păcatele săvârșite de la șapte ani în tot timpul vieții și împărtășiți-vă cu Sfintele Taine și citiți în fiecare zi Evanghelia (câte un capitol sau mai mult), iar când vine plictiseala, atunci citiți din nou până când ea va trece. Sau în loc de aceasta faceți câte 33 de metanii până la pământ, după numărul anilor vieții pământești a Mântuitorului.

**159. Întrebare:** *Ce înseamnă tăcerea în lume?*

Răspuns: Tăcerea în lume înseamnă să nu te amesteci în treburile străine, să fugi de cunoștințele și legăturile care nu-ți sunt de trebuință și, de asemenea, de clevetirile și vorbele necuviincioase, să vorbești cu blândețe și la nevoie, și numai când ești întrebat. Dacă încalci aceste reguli, să te muștri pe tine și să-ți recunoști neputința.

**160. Întrebare:** *Ce să facem cu gândurile care sunt de la Dumnezeu?*

Răspuns: Aceste gânduri trebuie să le primim cu bucurie și să cerem de la Dumnezeu ajutor ca să împlinim ceea ce ne insuflă ele. De exemplu: ne-a



venit gândul de a medita la mântuirea noastră, de a ne ruga lui Dumnezeu, de a face bine oamenilor, de a ne împăca cu cine avem dușmănie – aceste gânduri bune trebuie neapărat, fără amânare, să le împlinim, căci ele nu se repetă întotdeauna (Starețul Arsenie Athonitul).

**161. Întrebare:** *Care sunt cele trei feluri ale patimii desfrâului?*

Răspuns: Primul este cel care se săvârșește prin împreunarea unei persoane cu altă persoană de sex opus; al doilea – are loc fără împreunarea cu o persoană de sex opus și se săvârșește prin diferite mijloace; iar al treilea – se săvârșește cu mintea și cu inima.

**162. Întrebare:** *Când se înmulțesc gândurile rele și când se împuținează?*

Răspuns: Când omul este ocupat cu grijile lumești și cu lucrurile trupești și întreține discuții deșarte, atunci gândurile rele se înmulțesc în el. Iar când studiază Sfânta Scriptură, învață psalmi și cântări, viețuiește în post și priveghere și își amintește neîncetat de cele viitoare, atunci gândurile rele se împuținează și apar mai rar.

**163. Întrebare:** *Cum putem folosi timpul cu înțelepciune?*

Răspuns: Creștinul trebuie să petreacă cea mai mare parte a timpului având grijă de suflet: să facă rugăciuni, să mediteze la Dumnezeu și să se îndeletnicească cu ceea ce trebuie, având în vedere

desăvârșirea în faptele bune, iar restul timpului să-l folosească îngrijindu-se de trebuințele trupului. Dar, dacă omul se va ocupa numai de lucrurile pentru trup, atunci spune-mi când se va ocupa cu cercetarea vocii lui Dumnezeu, cu cântarea psalmilor? Când se va mai ruga și așa mai departe?

**164. Întrebare:** *Ce ne leagă de viața de aici?*

Răspuns: Să nu-ți dorești să trăiești în plăceri, pentru că acest lucru te leagă de viața de aici și ba dintr-o plăcere, ba din alta se naște vrăjmășia față de Dumnezeu.

**165. Întrebare:** *Cum să ne purtăm față de cei care ne împiedică să viețuim în Dumnezeu?*

Răspuns: Să-ți fie ție oricine te împiedică în dobândirea lui Dumnezeu și a faptelor bune urât și ticălos, adică să nu-l ascuți și să nu ai prietenie cu el: cu unul ca acesta nici să nu mănânci (adică să nu stai împreună și să mănânci cu el la masă).

**166. Întrebare:** *Care sunt căile vieții duhovnicești (ascetice) pe care nu trebuie să ni le însușim?*

Răspuns: Există trei căi pe care nu trebuie să pornim fără chemare deosebită: calea sihăstriei, calea nebuniei pentru Hristos și calea călăuzirii celorlalți.

**167. Întrebare:** *Pe cine invidiază în mod deosebit diavolii?*

Răspuns: Îi invidiază cumplit vrăjmașii vieții noastre – demonii – pe cei ce viețuiesc în ascultare



față de un părinte duhovnic priceput (sau un stareț dintr-o mănăstire). Scrâșnesc din dinți asupra lor și le urzesc tot felul de curse ca să-i determine să se retragă și să se lipsească de apropierea părintelui lor. Străduiește-te să nu fii judecătorul faptelor părintelui tău, ci numai împlinitorul poruncilor lui (Cuviosul Teodor al Edessei).

**168. Întrebare:** *Ce folos dobândește omul din săvârșirea nevoințelor?*

Răspuns: Nevoințele, lipsurile și necazurile scurtei vieți pământești nu numai că îl păzesc pe om de patimi și demoni, dar îi și pregătesc sufletului cunună înainte de ieșirea lui din trup.

**169. Întrebare:** *De ce mi-e rușine să mă închin?*

Răspuns: Îmi scrii despre semnul crucii că acum, în lume, nu este admis să te închini, de exemplu, când trenul pornește la drum, că te așezi să mănânci și vrei să te închini, dar te temi de ironii și supui singură această împrejurare cuvintelor Mântuitorului: cine se va rușina de Mine, de acela și Eu mă voi rușina. Și mai departe, oare nu știi că nu poți să slujești la doi domni - și lumii, și lui Dumnezeu - și că, dacă cineva voiește să fie prieten cu lumea, se face vrăjmașul lui Dumnezeu? Cuvântul „lume”, care se referă la obiceiurile lumești, nu se potrivește cu noțiunile religioase. Nu trebuie să urmărim lumea (Sfântul Macarie de la Optina).

**170. Întrebare:** *Li se poate înlătura vina apostatilor, a ereticilor și a schismaticilor?*

Răspuns: Cei ce s-au lepădat de Biserica Ortodoxă, chiar de s-ar duce la moarte pentru mărturisirea numelui lui Hristos, nu-și pot curăți păcatul nici cu propriul sânge: vina cea grea și de neșters a despărțirii de Biserică nu se curățește nici chiar prin suferințe (Sfântul Irineu al Lyonului, Despre unitatea Bisericii).

**171. Întrebare:** *Cum să recunoaștem în părinți prezența harului lui Dumnezeu?*

Răspuns: Când părinții le vorbesc copiilor despre Dumnezeu, înseamnă că acesta este semnul prezenței harului lui Dumnezeu în ei.

**172. Întrebare:** *Cum putem recunoaște că o faptă bună este săvârșită după voia lui Dumnezeu?*

Răspuns: Pentru fiecare inițiativă bună există o piedică de la diavol, dar tocmai acesta este semnul cel bun. După acest semn trebuie să recunoaștem că fapta începută este după voia lui Dumnezeu (Starețul Eleodor Glinski).

**173. Întrebare:** *Cum să punem capăt osândirii aproapelui?*

Răspuns: Chiar la începutul osândirii, starețul Eleodor a mutat cu grijă discuția pe o temă folositoare sufletului.

**174. Întrebare:** *Cum să-i privim pe acei creștini care nu-și respectă pravila lor de rugăciune acasă?*

Răspuns: Creștinii care nu-și respectă pravila de acasă sunt niște creștini morți. Pravila de acasă este



stimulentul puterilor sufletești, călăuza către rugăciunea neîncetată.

**175. Întrebare:** *Cum poate fi citirea Cuvântului lui Dumnezeu nu spre folos, ci spre pagubă?*

Răspuns: Acest lucru se întâmplă din pricină că mulți tâlcuiesc Cuvântul lui Dumnezeu potrivit dorințelor lor păcătoase, după bunul plac (iar alții chiar nu citesc tot, ci numai ceea ce nu le supără conștiința) și, de asemenea, îl tâlcuiesc după priceperea lor. Multe schisme și erezii au luat naștere din această cauză. Primii tâlcuitori ai Cuvântului lui Dumnezeu sunt Sinoadele Ecumenice, pravilele lor și Sfinții Părinți.

**176. Întrebare:** *Ce trebuie să facem pentru a fi copii sănătoși?*

Răspuns: Starețul Adrian Iugski ne-a sfătuit să-i ducem pe copii mai des la Sfânta Împărtășanie, spunând că astfel ei vor fi și mai sănătoși, și mai inteligenți, și mai fericiți.

**177. Întrebare:** *Ce să facem atunci când, la rugăciune, gândurile rele ne vin cu insistență în minte?*

Răspuns: Dacă în timpul rugăciunii gândurile rele se țin cu insistență de capul nostru, Sfinții Părinți ne sfătuiesc ca, lăsând citirea rugăciunii, să ne rugăm lui Dumnezeu împotriva acestor gânduri, ca El să le alunge de la noi.

**178. Întrebare:** *Cum să ne purtăm după împărtășirea cu Sfintele Taine?*

Răspuns: După împărtășirea cu Sfintele Taine ale Trupului și Sângelui lui Hristos, trebuie să ne ferim de discuțiile inutile despre lucrurile deșarte, de glume, de râsete, de cântecele lumești, de ospete, de băuturile alcoolice și de fanteziile necurate și să ne îndeletnicim cu rugăciunea, cu cugetarea despre buna credință și cu citirea Sfintei Scripturi și a Vieților Sfinților.

**179. Întrebare:** *Cum să fugim de păcate când în jur avem numai exemple rele?*

Răspuns: Să ne înstrăinăm de ocaziile în care inevitabil trebuie să vedem și să auzim multe lucruri rele; de aceea trebuie să ne îndepărtăm de toate acele locuri și locuințe în care se dau cel mai mult exemple rele și să nu cedăm nicidecum nici unei invitații stăruitoare de a merge acolo; nu trebuie nici măcar să îngăduim să ni se povestească despre ele, nici să ni se spună că exemplele rele nu provoacă nici un rău în inima noastră.

**180. Întrebare:** *Ce anume contribuie la atenția noastră în timpul dumnezeieștii slujbe?*

Răspuns: În timpul dumnezeieștii slujbe este folositor să repetăm o rugăciune scurtă în inimă, deoarece ea contribuie la atenția noastră, reținând mintea de la împrăștiere... În timpul rostirii fără grabă a rugăciunilor este posibilă atenția, iar în timpul rostirii grăbite, atenția nu are loc (Sfântul Ignatie Briancianinov).

**181. Întrebare:** *Ce este fățarnicia?*



Răspuns: Fățărnice se mai numește și faptul că omul se oprește numai la lucrurile exterioare ale buneii credințe (post, metanii, dormitul pe pat tare, mersul la biserică și așa mai departe) și pe acestea își întemeiază nădejdea, fără să-și dezrădăcineze în același timp patimile sale: iubirea de sine, mândria, răutatea, zgârcenia, îngâmfarea, osândirea, artagul și așa mai departe (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**182. Întrebare: Care om este condus de rațiune și care este condus de dorință?**

Răspuns: Semnul independenței liber-raționale este faptul că rațiunea este întotdeauna premergătoare dorinței, iar la omul păcătos dorința conduce rațiunea (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**183. Întrebare: Care este proorocia despre arhieriei a Cuviosului Serafim de Sarov?**

Răspuns: Se știe că printre proorociile Cuviosului Serafim s-a păstrat o prezicere tănuită până acum (ca să nu fie ispită) despre căderea cinului arhieresc, despre sărăcirea râvnei lui pentru slava lui Dumnezeu (Mitropolitul Veniamin Fedcenkov).

**184. Întrebare: Este osândit cel ce primește de la hoți?**

Răspuns: Cel ce primește de la hoți este pedepsit ca hoțul.

**185. Întrebare: Cum trebuie să cercetăm faptele noastre zilnice?**

Răspuns: Cercetând și chibzuind în fiecare zi faptele bune și rele pe care le-ai făcut, pe cele bune să le dai uitării, pentru a nu cădea în slavă deșartă, iar pe cele rele să le spovedești cu lacrimi și cu rugăciune (Cuviosul Simeon Evlaviosul).

**186. Întrebare: Cum să ne purtăm atunci când cineva vine după sfat, iar noi trebuie să săvârșim pravila de rugăciune?**

Răspuns: Străduiește-te să nu te depărtezi de cei care caută folos de la tine sub pretextul că discuți cu Dumnezeu: căci dragostea este mai bună decât rugăciunea (Cuviosul Simeon Evlaviosul).

**187. Întrebare: Cum să-l cunoaștem pe om și duhul lui?**

Răspuns: Oamenii plini de înțelepciune duhovnicească îl cercetează în duh pe om după Sfânta Scriptură, luând seama dacă sunt cuvintele lui potrivite cu voia lui Dumnezeu, și după aceea trag concluzia despre el (Cuviosul Serafim de Sarov).

**188. Întrebare: Cum sunt înșelați oamenii de către vrăjitori și vraci?**

Răspuns: Unii îndrăznesc să cheme în vrăjitoriile lor numele Maicii Domnului și ale Sfinților și fac semnul crucii, dar trebuie să fugim de ei (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**189. Întrebare: Ce să facem când ne îngreuiem cu mâncarea?**



Răspuns: Dacă ți se întâmplă să te îngreuezi cu mâncarea, apucă-te de o muncă fizică, nu te întinde să te culci pentru a nu te întina cu visuri necurate.

**190. Întrebare: Cum trebuie să muștrăm?**

Răspuns: Prietenul care muștră în taină (între patru ochi) este un doctor înțelept, iar cel care tratează înaintea ochilor multor oameni este un defăimător (Sfântul Isaac Sirul).

**191. Întrebare: Ce trebuie să spunem când suntem rugați să ne rugăm?**

Răspuns: Când cineva îți spune: „Roagă-te pentru mine”, atunci să spui în inima ta: „Dumnezeu să ne miluiască”.

**192. Întrebare: Când trebuie să fim neghiobi și când trebuie să fim înțelepți?**

Răspuns: Dumnezeu voiește ca noi să fim neghiobi față de cele pământești, iar față de cele cerești să fim înțelepți (Sfântul Atanasie cel Mare).

**193. Întrebare: Se cuvine să povestim ceea ce am auzit și am văzut pe drum?**

Răspuns: Când te întorci de pe drum acasă, să nu-ți dai drumul să le spui celorlalți lucrurile nefolositoare pe care le-ai văzut sau le-ai auzit, pentru că acest lucru dăunează sufletelor (Cuviosul Benedict).

**194. Întrebare: I se socotește omului păcat atracția față de animale?**

Răspuns: Atracția omului față de pisici, câini, păsări i se socotește acestuia păcat. Unii, în orbirea lor, le dădăcesc, le sărută sau dorm cu ele. Îndeletnicirea cu ele, răpindu-le o mare parte din timpul pe care Apostolul Pavel ne-a poruncit să-l petrecem în fapte bune și de aceea trebuie să-l prețuim foarte mult, ne atrage atenția de la drumul care duce la cer.

**195. Întrebare: Cum să ținem minte cele citite în Sfânta Carte?**

Răspuns: Pentru a fixa în memorie, a ține minte lucrurile folositoare sufletului pe care le-ai citit, împărtășește-le unui frate.

**196. Întrebare: Cum trebuie să îndurăm insultele?**

Răspuns: Toate insultele să le înduri la început prin tăcere, apoi prin muștrarea de sine, iar apoi prin rugăciunea pentru cei ce te-au insultat.

**197. Întrebare: Ce trebuie să facem pentru a dobândi virtutea curăției?**

Răspuns: Să nu te dezbraci până la goliciune: hainele să acopere trupul tău și ziua, și noaptea și nici măcar tu însuși să nu-ți vezi goliciunea trupească. Dacă ești sănătos, nu te duce să faci baie fără să ai nevoie. Nu-ți unge trupul cu creme, nici hainele cu parfumuri (Sfântul Atanasie cel Mare).

**198. Întrebare: Cum să ne dezbrăcăm de păcatul osândirii?**



Răspuns: Dacă osândești pe cineva, atunci să-ți rânduiești ca pravilă să faci în fiecare zi măcar trei metanii până la pământ pentru cel pe care l-ai osândit și să zici rugăciunea: „Mântuiește-l, Doamne, și miluiește-l pe (numele) și, pentru rugăciunile lui, miluiește-mă și pe mine, păcătosul!”. Și să crezi că, dacă vei face așa, Dumnezeu te va ajuta să te lepezi cu totul de această deprindere păcătoasă.

**199. Întrebare: Cum este corect să cugetăm la chinurile veșnice?**

Răspuns: Nu trebuie să gândim că neapărat vom fi osândiți, ci trebuie să nădăjduim în marea milostivire a lui Dumnezeu, care voiește ca toți să se mântuiască (Starețul Arsenie Athonitul).

**200. Întrebare: Cum trebuie să ne muștrăm pe noi înșine?**

Răspuns: Când datorită muștrării de sine cădeți în întristare, lăsați muștrarea de sine și gândiți-vă la milostivirea lui Dumnezeu față de păcătoșii care se căiesc, și mulțumiți-I lui Dumnezeu pentru mila Lui... Muștrarea de sine constă în a ne muștra întotdeauna pentru toate, a ne învinui pe noi înșine și a nu da vina pe ceilalți. Muștrarea de sine îl izbăvește pe om de obiceiul osândirii și îi întărește pacea sufletească... Reaua voință sau ura față de celălalt provin din faptul că omul nu se muștră pe sine.

**201. Întrebare: Ce este iubirea de conducere?**

Răspuns: Iubirea de conducere este dorința puternică, neînfrânată de stăpânire a oamenilor, de stăpânire pe care oamenii o caută fără a avea aptitudini suficiente, fără intenția de a aduce folos, ci numai un scop nesăbuit: acela de a-și satisface propria mândrie, slavă deșartă și iubire de câștig. Ei tind deseori să ajungă la putere prin viclenie, prin șiretlicuri cu ajutorul protecției din partea persoanelor influente și prin alte mijloace josnice.

**202. Întrebare: Când trebuie creștinul să treacă sub tăcere adevărul?**

Răspuns: Creștinul trebuie să treacă sub tăcere adevărul înaintea oamenilor care ar putea, din răutate și dușmănie, să-l întrebuițeze rău. Astfel, el trebuie să treacă sub tăcere adevărul înaintea instigatorului rău intenționat, a purtătorului de vești care se bucură de nenorocirea altuia și a dușmanului răzbunător – să treacă sub tăcere lucrurile de care ei s-ar putea folosi în dauna aproapelui. Creștinul trebuie să treacă sub tăcere adevărul și înaintea celor nechibzuți, care sunt gata să trâmbițeze oricărui om pe care îl întâlnesc adevărul ce li s-a spus și care poate fi foarte important. În general, nu trebuie ca prin vorbele sale să supună primejdiei bunurile nimănui. Creștinul trebuie să păstreze taina încredințată lui de aproapele.

**203. Întrebare: Când nu trebuie să trecem sub tăcere adevărul?**

Răspuns: Creștinul nu trebuie să ascundă adevărul înaintea judecătorilor, înaintea părinților



care se îngrijesc de îndreptarea copiilor lor, înaintea preotului la spovedanie, înaintea prietenului care îi destăinuie sufletul său și așa mai departe. Creștinul nu trebuie să treacă sub tăcere faptul că bolnavul se află în primejdie de moarte și atunci trebuie să-l pregătească prin spovedanie și sfânta împărtășanie pentru veșnicie.

**204. Întrebare:** *Este păcat să nu dăm o carte dumnezeiască celui ce dorește să citească?*

Răspuns: Cine păstrează vreun dar al lui Dumnezeu numai pentru propria desfătare și nu face bine celorlalți, acela va fi osândit ca cel ce a ascuns talantul (Sfântul Vasile cel Mare).

**205. Întrebare:** *Cum să ne luptăm cu starea de împrăștiere din timpul rugăciunii?*

Răspuns: În timpul rugăciunii, gândul fuge la alte lucruri. Trebuie să depui eforturi pentru păstrarea atenției... Imediat ce gândul fuge, întoarce-l; fuge iarăși, iarăși întoarce-l; și așa de fiecare dată. Dar de fiecare dată, ceea ce vei citi în timpul depărtării gândului și, prin urmare, fără atenție și simțire, să citești din nou ca să nu uiți; și chiar dacă gândul tău ar fugi de câteva ori într-un singur loc, să citești de câteva ori până când vei înțelege și vei simți cele citite. Așa trebuie să procedezi atunci când gândul fuge și se împrășteie (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**206. Întrebare:** *Cum să ne purtăm atunci când greșim și conștiința începe să ne mustre?*

Răspuns: Dacă tu, ca om, ai greșit cu ceva, mergi degrabă, fără să întârzi, la duhovnic, curățește-ți conștiința prin spovedanie și nu aștepta perioada postului pentru spovedanie, așa cum fac din nechibzuință unii dintre mireni. Iată un exemplu simplu: dacă ți-ai murdărit lenjeria, imediat o schimbi și te străduiești să o speli; iar sufletul tău este mult mai prețios decât lenjeria și îl lași neîngrijit, murdar un an întreg sau până la următoarea spovedanie din post și nu te îngrijești deloc de el (Starețul Gheorghe Athonitul).

**207. Întrebare:** *În ce constă spiritul de economie?*

Răspuns: Spiritul de economie constă în a nu face fără socoteală cheltuieli nemăsurate și nefolositoare și a nu fi zgârcit față de lucrurile trebuincioase.

**208. Întrebare:** *Când trebuie să ne întristăm?*

Răspuns: Momentul potrivit pentru a ne întrista este în cazul în care ne căim pentru păcate, deoarece întristarea pentru nimic altceva nu este de folos decât numai pentru acest lucru.

**209. Întrebare:** *Este un lucru bun să dăm cu împrumut?*

Răspuns: Desigur, căci a da cu împrumut este al doilea fel de dăruire... Este supus pedepsei cel ce nu dă cu împrumut, întrucât este acuzat de ne iubire de oameni. Totuși, și în milă este nevoie de rațiune,



după cum spune proverbul popular: știi tâlcul – nu-i da bețivanului pe datorie.

**210. Întrebare:** *Are vreo influență blestemul asupra celui ce trăiește în Dumnezeu?*

Răspuns: Sunt convins că cel ce are de gând să-i blesteme pe cei ce trăiesc virtuos nu poate rosti nici un cuvânt supărător și potrivnic, căci blestemul se transformă în binecuvântare. Așadar, prin aceasta se înțelege că pe cei ce trăiesc virtuos nu îi pot atinge vorbele rele (Sfântul Grigorie de Nissa).

**211. Întrebare:** *Cine poate vorbi cu necredinciosul despre credință?*

Răspuns: Cu necredinciosul poate vorbi fără primejdie cel care cunoaște temeinic credința; în caz contrar, necredinciosul poate vătăma sufletul celui ce vorbește cu el.

**212. Întrebare:** *Se cuvine să transmitem cuvintele dușmănoase?*

Răspuns: Este mai bine să nu transmitem cuvintele de dojană trimise prin noi de cineva, ci să le trecem sub tăcere sau să le transmitem, chiar dacă în chip fals, ca pe niște cuvinte de dragoste și bunăvoință, și atunci duhul nostru va fi liniștit. Iar a transmite cuvintele dușmănoase, de ură este un lucru foarte rău. Trebuie să avem răbdarea creștină și înțelepciunea șerpilor (Sfântul Ioan de Kronstadt).

**213. Întrebare:** *Cum să vorbim despre Dumnezeu ca să ne fie spre mântuire?*

Răspuns: Cu câtă atenție trebuie să rostim cuvintele despre Dumnezeu, cu câtă smerenie și prudență, astfel încât să nu-L mâniem pe Dumnezeu-Cuvântul împreună cu Tatăl și cu Sfântul Duh! (Sfântul Ioan de Kronstadt).

**214. Întrebare:** *Care este diferența dintre omul duhovnicesc și cel trupesc?*

Răspuns: Omul duhovnicesc se adâncește cu mintea și cu inima în Dumnezeu, iar cel trupesc – în lumea adulteră și păcătoasă (Sfântul Ioan de Kronstadt).

**215. Întrebare:** *Ce este înțelepciunea?*

Răspuns: Este cumpătarea în lucrurile religioase, virtutea cu măsură, aceea de a face totul potrivit puterilor noastre, împrejurărilor de timp și spațiu și ostenelilor precedente.

**216. Întrebare:** *Cum acționează asupra omului vrăjmașii cei netrupești?*

Răspuns: Vrăjmașii cei netrupești le insuflă oamenilor, în timpul rugăciunii și în afara rugăciunii, gânduri ticăloase, viclene și hulitoare, le înclină spre lene sufletul și trupul, le aduc somnul și căscatul, îi determină să fie indulgenți cu trupul – prin ședere în momentul nepotrivit, prin rezemarea de perete sau printr-un alt lucru. Ei le insuflă oamenilor scârba și dezgustul față de toți ceilalți sau aduc asupra lor teama de oameni sau altceva necurat (Sfântul Ioan de Kronstadt).

**217. Întrebare:** *De unde vine lenea la rugăciune?*



Răspuns: Lenea la rugăciune și, în general, în slujirea față de Dumnezeu și de aproapele vine din pântecul omului care este hrănit mult în fiecare zi (Sfântul Ioan de Kronstadt).

**218. Întrebare: Care este cea mai înaltă lucrare de pe pământ?**

Răspuns: Nu există lucrare mai înaltă pe pământ ca săvârșirea Liturghiei și împărtășirea oamenilor cu Sfintele Taine ale Trupului și Sângelui lui Hristos (Sfântul Ioan de Kronstadt).

**219. Întrebare: De ce nu trebuie să ne unim cu catolicii?**

Răspuns: Cine dintre ortodocși nu ar dori să se unească cu catolicii sau cu luteranii și să fie cu ei una în Hristos, o singură Biserică, o singură comunitate de credincioși! Dar cine dintre acești membri ai bisericilor pomenite, mai ales dintre întâistătătorii lor – care se numesc papi, cardinali, arhiepiscopi și episcopi – este de acord să se lepede de rătăcirile lor? Nimeni. Iar noi nu putem să fim de acord cu învățătura lor eretică fără să facem rău mântuirii noastre sufletești. Încercați să vă uniți. Veți putea, oare, să uniți ceea ce nu se poate uni – minciuna cu adevărul? (Sfântul Ioan de Kronstadt).

**220. Întrebare: Este mare păcatul curiozității?**

Răspuns: Păcatul curiozității nu pare a fi mare, dar, pentru el, soția lui Lot (pentru o singură privire curioasă către orașele natale, care ardeau, Sodoma și

Gomora) a fost prefăcută în stâlp de sare (cf. Gen. 19, 26). De aici putem înțelege cum este acest păcat.

**221. Întrebare: Care muribund își va lua cu sine bogăția în viața de dincolo de mormânt?**

Răspuns: Își va lua cu sine bunurile sale când va muri cel care le-a împărțit celor ce au avut nevoie de ele (Sfântul Grigorie Dialogul).

**222. Întrebare: Ce trebuie să facem atunci când suntem lăudați?**

Răspuns: Când auzi o laudă la adresa ta, să-ți aduci aminte de defectele tale (Mitropolitul Filaret al Moscovei).

**223. Întrebare: Cum să privim înfrânarea de la mâncare ce se face în văzul tuturor?**

Răspuns: Înfrânarea de la mâncare ce are loc în văzul tuturor o urăște Domnul (Sfântul Vasile cel Mare).

**224. Întrebare: Se cuvine să ne rugăm pentru conducătorii necredincioși?**

Răspuns: Rugați-vă și pentru autorități, chiar și pentru cei care vă prigonesc și vă urăsc, și pentru vrăjmașii Crucii ca rodul credinței voastre să fie clar pentru toți, iar voi înșivă să fiți desăvârșiți (Sfântul Mucenic Policarp al Smirnei).

**225. Întrebare: Prin ce se întărește credința?**

Răspuns: Credința se întărește prin viața cucernică, iar datorită lipsei de evlavie, se pierde.



**226. Întrebare:** *Le este dată arhierilor puterea de a nu împlini pravilele Sinoadelor Ecumenice?*

Răspuns: Episcopilor nu le este dată nicidecum puterea de a încălca vreo pravilă, ci numai de a respecta cele hotărâte și de a se ține de cele dinainte (Sfântul Vasile cel Mare, Scrisoarea 24).

**227. Întrebare:** *Ce soartă îi așteaptă în viitor pe creștinii ignoranți?*

Răspuns: Creștinii nu cunosc creștinismul pentru că nu îl studiază: nu citesc, nu pun întrebări și, în general, nu acordă nici o atenție răscumpărării omenirii de către Dumnezeu Cel întrupat și își bat joc de această înaltă lucrare a lui Dumnezeu, pentru că nu poartă de grijă și nu se gândesc la mântuirea lor. Nesocotind darurile mari ale lui Dumnezeu, ei se lasă cu totul în voia deșertăciunii, care este înșelăciune. Mai bine va fi pentru închinătorii la idoli și pentru mahomedani în ziua judecății lui Dumnezeu decât pentru acești creștini (Sfântul Tihon de Zadonsk).

**228. Întrebare:** *Putem acorda pedepse trupești de față cu ceilalți?*

Răspuns: Pedeapsa trupească nu trebuie să aibă loc de față cu ceilalți, este o regulă absolută.

**229. Întrebare:** *Putem păstra bani pentru un scop bun?*

Răspuns: A păstra bani pentru un scop bun nu este iubire de argint. Dar după aceea, când lucrul va fi împlinit, poți să nu mai economisești, punându-ți

toată nădejdea în Dumnezeu (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**230. Întrebare:** *Cum trebuie să împlinim voia autorităților?*

Răspuns: Eu citesc toate poruncile maiestății voastre, dar le împlinesc numai pe acelea, care nu îmi constrâng conștiința în treburile credinței: în caz contrar, sunt gata să îndur toate chinurile, dar de Hristos nu mă las (Sfântul Mucenic Pavel).

**231. Întrebare:** *În ce constă puterea faptei bune?*

Răspuns: Puterea faptei bune constă în statornicie.

**232. Întrebare:** *Cum să ne purtăm dacă preotul refuză să ne asculte spovedania?*

Răspuns: Dacă duhovnicul vostru refuză să asculte spovedania voastră, puteți merge la altul (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**233. Întrebare:** *Când se transformă rugăciunea în păcat?*

Răspuns: Rugăciunea se transformă în păcat atunci când oamenii se roagă pentru ceea ce interzice Domnul, Căruia I se roagă. De exemplu: pentru a se răzbuna, pentru moartea vrăjmașului, pentru prea multe haine, pentru bogăție și așa mai departe.

**234. Întrebare:** *Prin ce se dobândește smerita înțelepciune a sufletului?*

Răspuns: Prin faptul că te gândești numai la relele și păcatele tale.



235. *Întrebare: Cum trebuie să săvârșească preotul liturghia, ca ea să fie plăcută lui Dumnezeu?*

Răspuns: Când săvârșești liturghiile, dacă le săvârșești socotindu-te nevrednic, cu smerită înțelepciune, atunci ele vor fi plăcute înaintea lui Dumnezeu (Avva Isaia).

236. *Întrebare: Ce înseamnă să te socotești pe tine mai prejos de toți?*

Răspuns: Înseamnă să nu acorzi atenție păcatelor celorlalți, ci întotdeauna numai alor tale.

237. *Întrebare: Cum să recunoaștem păcatul?*

Răspuns: Este păcat tot ceea ce supără conștiința și desfată trupul.

238. *Întrebare: Cât de importantă este virtutea ascultării?*

Răspuns: Ascultarea este atât de mare încât în monahism ea are prioritate nu numai față de rucodelie, citire, tăcere, liniște, dar chiar față de toate virtuțile.

239. *Întrebare: Cum să privim discuțiile lungi?*

Răspuns: Cuviosului Arsenie nu îi plăcea ca cei pe care îi primea uneori să rămână la el prea mult timp. El spunea: la începutul discuției îl privesc pe om ca pe un înger, iar la sfârșit (când zăbovește) ca pe un ispititor.

240. *Întrebare: Este de ajuns pentru mântuire numai evlavia?*

Răspuns: Evlavia fără suficienta cunoaștere a lui Dumnezeu este o corabie fără cârmă și cârmaci.

241. *Întrebare: Ne putem ruga în prezența oamenilor?*

Răspuns: Rugați-vă ori cu trupul, ori cu duhul în taină, nu în prezența oamenilor, chiar dacă dorm (Starețul Adrian Iugski).

242. *Întrebare: Ce să facem atunci când cei ce locuiesc cu noi ne interzic să citim cărți sfinte?*

Răspuns: Săvârșește îndeletnicirea cea plăcută lui Dumnezeu să ții seama de interdicția pusă de cei ce locuiesc cu tine (în afară de timpul nopții, când trebuie să dormi); nu trebuie să ții cont de nimeni și de nimic, ci numai să o săvârșești (Starețul Adrian Iugski).

243. *Întrebare: Cum să fugim de slava deșartă?*

Răspuns: Să nu ascuți de părerile și de gândurile tale, ci să faci totul cu binecuvântare, nu după voia ta, ca să eviți slava deșartă prin care poți pierde tot.

244. *Întrebare: Ce să facem dacă în timpul rugăciunilor citite ne apare uneori dorința de a ne ruga în chip deosebit?*

Răspuns: În cazul în care citești o rugăciune și dorești să te rogi cu duhul în chip deosebit Mântuitorului sau Maicii Domnului, trebuie să te oprești negreșit la această dorință și să urmezi îndemnul duhului, și iată de ce: dacă, dorind să te



desfeți cu rugăciunea către dulce Iisus, în același timp începi să citești un alt canon, după pravila hotărâtă, prin acest lucru poți pierde tot.

**245. Întrebare:** *Întotdeauna este drept glasul conștiinței?*

Răspuns: Neapărat trebuie să ascultăm glasul conștiinței: prin acest glas deseori ne vorbește îngerul nostru păzitor. Totuși, ca să vedem dacă acest glas este drept, trebuie să-l verificăm cu Cuvântul lui Dumnezeu.

**246. Întrebare:** *Cum să ajungem să nu mai fim părtași păcatului?*

Răspuns: Cine voiește să nu mai fie părtaș păcatului și să-și schimbe viața sa, izbăvind-se de boala păcatului, acela trebuie să ia leacuri amare, care curătesc bolile sufletului, adică trebuie să îndure cu mulțumire față de Dumnezeu prigoanele și necazurile ca pe niște ierburi vindecătoare (Sfântul Simeon Noul Teolog).

**247. Întrebare:** *Ce trebuie să credem despre omorul neintenționat?*

Răspuns: Ucigașul care a omorât fără voie nu poate fi socotit nevinovat dacă nu a folosit mijloacele cuvenite de precauție și, în orice caz, este supus canonului bisericesc.

**248. Întrebare:** *Mă supăr pentru că sfaturile mele nu sunt ascultate. Ce să fac?*

Răspuns: Nu trebuie să ne tulburăm și să ne supărăm deloc dacă sfaturile noastre bune nu sunt ascultate: căci nici noi nu Îl ascultăm pe Domnul și El nu ne pedepsește.

**249. Întrebare:** *Îl putem da în vileag pe cel neascultător?*

Răspuns: Nu trebuie să dăm în vileag nedreptatea acțiunilor celor neascultători și nu trebuie să-i mustrăm, căci altfel provocăm numai rău, certuri și supărări; în acest caz este mai bine să ne rugăm ca Însuși Domnul să-i mustre, iar pe noi să ne rețină de la cealaltă cădere – de la osândire; cel ce osândește va fi la rândul lui osândit de Dumnezeu.

**250. Întrebare:** *Poate fi dragostea duhovnicească greșită?*

Răspuns: Să verifici cu strictețe orice fel de dragoste (și pe cea duhovnicească), pe care o ai față de cineva. Dragostea corectă nu trebuie să agite sângele omului, ci, dimpotrivă, să liniștească și să înalțe sufletul, trezind în el înalte sentimente duhovnicești; și se manifestă prin toată răbdarea și lepădarea de sine, iar nu prin mângâieri și sărutări – acestea nu ar face decât să înjosească dragostea duhovnicească, să o lipsească de lumina ei cerească și în scurt timp l-ar înlocui pe Înger cu un demon (adică dragostea duhovnicească s-ar transforma în dragoste trupească) (Arhiepiscopul Gherasim al Astrahanului).



**251. Întrebare:** Cum este mai bine să ne rugăm atunci când nu simțim nimic?

Răspuns: Atunci când nu simțim nimic, este mai bine să ne rugăm cu rugăciuni scurte.

**252. Întrebare:** Ce este căderea duhovnicească?

Răspuns: Nu trebuie să avem atașamentul inimii față de oamenii care ne plac. Desfătarea sufletului cu atracții păcătoase este deja cădere duhovnicească și are nevoie de pocăință cu lacrimi (Arhiepiscopul Gherasim al Astrahanului).

**253. Întrebare:** Când sunt plăcute lui Dumnezeu îndeletnicirile cu cele vremelnice?

Răspuns: Îndeletnicirile cu cele vremelnice sunt minunate, plăcute lui Dumnezeu și îi pregătesc lucrătorului răsplată cerească și veșnică atunci când sunt săvârșite cu scopul de a-I face pe plac lui Dumnezeu, cu scopul slujirii față de aproapele pentru Dumnezeu, pentru dragostea cea sfântă și pentru folosul obștesc (Sfântul Ignatie Briancianinov).

**254. Întrebare:** De ce anume trebuie cel mai mult să ne ferim?

Răspuns: Cel mai mult trebuie să te ferești să smintești pe cineva, ca să nu fii scos din Împărăția Cerurilor împreună cu cei ce au produs sminteli (Sfântul Efrem Sirul).

**255. Întrebare:** Cum să ne ferim de îngâmfare?

Răspuns: Sfântul Ioan de Kronstadt a luat ca răspuns Biblia, deschisă la capitolul 14 al proorocului Isaia, unde se vorbește despre doborârea luceafărului, a primului înger din cer pentru mândrie, a citit și a spus: „Deseori citesc această cuvântare a proorocului și mă minunez cât de ușor este să cazi din înălțimea duhovnicească până în iadul cel mai dedesubt și, citind acest lucru, mă feresc de îngâmfare”. Și, într-adevăr, pagina aceasta a Bibliei lui era extrem de uzată datorită citirii ei dese.

**256. Întrebare:** Când este lipsită de valoare spovedania înaintea preotului?

Răspuns: Noi venim la spovedanie cu intenția de a dobândi iertarea păcatelor de la Domnul Dumnezeu prin duhovnic. Așadar, să știi că spovedania ta este seacă, fără valoare, nulă și chiar supărătoare pentru Domnul atunci când mergi la spovedanie fără nici o pregătire, fără să-ți cercetezi conștiința, când îți ascunzi păcatele de rușine sau din altă pricină și când te spovedești fără căință și zdrobire de inimă, de formă, cu răceală, mecanic, fără să ai intenția fermă de a te îndrepta pe viitor... (Arhiepiscopul Arsenie Ciudov).

**257. Întrebare:** Cum să fim atenți la inimile noastre?

Răspuns: Sfântul Ioan de Kronstadt era atent la inima sa. Nu primea nimic rău și nu numai că nu primea, dar neîncetat se căia pentru greșelile sale și i se frângea inima pentru nedesăvârșirea sa. Pentru o



asemenea spovedanie liberă și neîncetată, Domnul îi înveselea inima și părintele Ioan simțea că îi sunt iertate toate greșelile, lucru pentru care îi și mulțumea Domnului.

**258. Întrebare:** Când i se socotește omului păcat semnul crucii?

Răspuns: Există oameni care folosesc rău semnul crucii atunci când doresc să ne atragă în vicleșug, în minciună, în escrocherie și în alte fapte necurate; ei își atrag asupra lor osânda.

**(259) Întrebare:** Pentru ce spune Apostolul Pavel acest lucru: „Iar când se luptă cineva la jocuri, nu ia cununa dacă nu s-a luptat după legile jocului”(II Tim. 2, 5)?

Răspuns: Trebuie să ne nevoim cu chibzuință duhovnicească, deoarece fără aceasta nevoințele pot fi săvârșite în zadar.

**260. Întrebare:** Se cuvine ca preotul (la bătrânețe) să se retragă de la slujire?

Răspuns: Sfântul Teofan Zăvorâtul nu a sfătuit preoții să se retragă de la slujire. „Până când nu te va deshăma Domnul – a spus el –, trage înainte”.

**(261) Întrebare:** Se cuvine să-l alungăm pe cel ce vine după sfat?

Răspuns: Pe cel ce vine după sfat, nu-l alunga, dar nici tu să nu te crezi grozav (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**262. Întrebare:** Cum să ne purtăm față de toate cele din exterior?

Răspuns: Toate cele din exterior – hrana, îmbrăcămintea, mobila – sunt neînsemnate pentru om dacă acesta nu are atracție față de ele (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**(263) Întrebare:** De ce unii credincioși au uneori gelozie, invidie pentru faptul că ne ducem des la preot?

Răspuns: Acest lucru se întâmplă pentru că ne oprim mult, deseori fără să ne dăm seama, numai la personalitatea păstorului; chipul lui este tot timpul înaintea noastră, inima noastră este plină de simțăminte pentru el, ca pentru un om, iar Hristos, Mântuitorul nostru, rămâne oarecum la o parte. Și tocmai atunci se dezvoltă printre păstoriți gelozia, invidia, rivalitatea, ostilitatea. Atunci este posibil și următorul fenomen. A murit păstorul iubit și ne închipuim că totul este pierdut. Dar unde este Hristos? A fost El la tine? Din păcate, nu. Dacă ar fi fost, nu ai fi avut asemenea lipsă de curaj și dezamăgire (Arhiepiscopul Arsenie Ciudov).

**264. Întrebare:** Cum să deosebim smerenia de îndatoriri?

Răspuns: Trebuie să deosebim smerenia de datorie și obligații; acest lucru trebuie să îl știe mai ales oamenii cărora le este dată puterea și cărmuirea asupra celorlalți: când să-și manifeste smerenia și când să-și îndeplinească datoria. De exemplu, tu, ca preot, în mediul casnic poți refuza să ți se facă



servicii, dar în timpul slujbei bisericești, când este orânduit să primești servicii din partea celorlalți, nu ai dreptul să le refuzi, atribuind aceste servicii nu ție personal, ci rangului tău. Ești învățător: la școală, învață-i pe ceilalți, iar în afara îndatoririlor tale de învățător, fii ca unul care ascultă și învață de la ceilalți și tot așa (Arhiepiscopul Arsenie Ciudov).

**265. Întrebare:** Există vreun semn după care putem afla dacă duhovnicul ne este de folos?

Răspuns: În timp ce duhovnicul sau starețul te hrănește, îți pot apărea sentimente rele față de el: bănuială, osândire, invidie și ostilitate. Nu te lăsa, totuși, în voia acestor sentimente, ci luptă cu ele și nu te depărta de duhovnic sau de stareț. Dacă ți-a apărut vreun sentiment rău față de duhovnic, să știi că duhovnicul îți este de folos, dar vrăjmașul și-a pus în gând să te înstrăineze, să te îndepărteze de el. Este posibil ca starețul să doboare în tine sentimentul mândriei sau vreun alt viciu, iar ție și vrăjmașului să nu vă placă acest lucru și tocmai de aceea se stârnește în inima ta ura împotriva părintelui duhovnic (Arhiepiscopul Arsenie Ciudov).

**266. Întrebare:** Ce hrănește patima desfrâului?

Răspuns: Patima desfrâului o hrănesc: trândăvia, lenea, somnul mult, grija prea mare pentru sănătate, îmbuibarea, beția cu vin, râsul, împodobirea trupului, nepăzirea ochilor, mânia, purtarea libertină față de o persoană de sex opus.

**267. Întrebare:** Toți creștinii se pot împărtăși des?

Răspuns: Odată – a spus arhiepiscopul Arsenie – s-a apropiat de mine o femeie și a început să-mi spună că nu i se îngăduie să se apropie des de Sfânta Împărtășanie și, printre altele, la întrebarea mea dacă își spovedește des păcatele ei și dacă ea, ca femeie (cu necurăția ei femeiască), este vrednică să se împărtășească des, mi-a răspuns că nu are păcate. Iar altă femeie cerea împărtășanie deasă în timp ce duhnea a tutun. Mare este Sfânta Împărtășanie și potrivit măreției ei este nevoie și de pregătire mare, de vrednicie mare pentru primirea ei. „Căci este foc și pe cei nevrednici îi arde” (Arhiepiscopul Arsenie Ciudov).

**268. Întrebare:** Cum să folosim neputințele în bine?

Răspuns: Ești neputincios. Folosește-ți neputințele în bine, și anume: educă-ți pe seama lor sentimentul smereniei și al nevredniciei tale. Dar aceasta, desigur, nu înseamnă să-ți înmulțești neputințele ca să le îndrepti spre bine. Este vorba despre neputințele pe care le suporti cu toată dorința și năzuința ta de a nu le avea (Arhiepiscopul Arsenie Ciudov).

**269. Întrebare:** Ce este fățarnicia?

Răspuns: Fățarnicia este faptul că omul judecă și în general lucrează nu în numele dreptății, al adevărului și al corectitudinii, ci de dragul persoanei



care îi place lui cel mai mult, iar persoana respectivă îi poate fi plăcută din orice motiv. Îi poate fi plăcută pentru că este sus-pusă, prin urmare este bună pentru treburile lui. Îi poate fi plăcută pentru că este frumoasă, pentru că stârnește în el patima trupească, pentru că are aceeași profesie ca el, aceeași nație sau același domiciliu (Arhiepiscopul Arsenie Ciudov).

**270. Întrebare:** *Cum să ne purtăm față de milostenia primită de la oameni?*

Răspuns: Cu frică să primim milostenia, deoarece la Înfricoșătoarea Judecată vom da răspuns pentru binele primit care rămâne fără răsplată din partea noastră. Să ne rugăm pentru binefăcători ca să nu ni se socotească păcat binefacerea primită din partea lor.

**271. Întrebare:** *Toți cei răposați se roagă acolo pentru noi?*

Răspuns: Foarte mult greșesc cei care spun că toți cei răposați sunt acum rugători pentru noi. Aceia au nevoie de rugăciuni și de grija pentru sufletele lor din partea celor vii; dar, când păcatele lor sunt curățite prin rugăciunile, credința și faptele celor vii, abia atunci rugăciunea de pomenire se îndreaptă spre folosul sufletelor celor ce îi pomenesc... Este izbăvit de vămile văzduhului numai acel suflet pe care Domnul l-a învrednicit să se împărtășească cu deplină credință în ceasul sfârșitului sau să dobândească sfârșit creștinesc în săptămâna Învierii Luminate a lui Hristos (Egumena Teofania Govorova).

**272. Întrebare:** *Cum îi atacă vrăjmașul cel nevăzut pe creștini?*

Răspuns: Pe cei fricoși îi atacă cu frica și cu vedeniile: pe alții – cu cleveala omenească, cu vrajba, cu răutatea; pe cei învățați – cu mândria și cu îngâmfarea; pe cei tineri – cu gândurile desfrânate; pe cei bătrâni – cu lenevia și cu deprinderile rele și așa mai departe.

**273. Întrebare:** *Când îl cuprind patimile pe om?*

Răspuns: Patimile cuprind ființa omului atunci când mintea lui încetează să se gândească la Dumnezeu și omul ajunge în stăpânirea trupului.

**274. Întrebare:** *Putem mărturisi păcatele noastre altcuiva, în afara părintelui duhovnic?*

Răspuns: Nimănui, dacă nu este nevoie, să nu-i mărturisești faptele ascunse și păcatele pe care le-ai făcut. Prin mărturisirea faptelor ascunse, îi pierzi pe aceia care te ascultă și respectul necesar pentru săvârșirea binelui.

**275. Întrebare:** *Ce să facem în timpul ispitei?*

Răspuns: În timpul ispitelor să-ți aduci aminte mai des de moarte, de Înfricoșătoarea Judecată și de chinul veșnic (Starețul Adrian Iugski).

**276. Întrebare:** *Ce este mai bine: să citim pravila de rugăciune sau să-l ajutăm pe aproapele?*

Răspuns: Cel ce nu respectă pravila de rugăciune sub pretextul serviciilor de care uneori aproapele nici nu are nevoie, ca un căldicel va fi



aruncat din gura lui Dumnezeu. Toate sunt bune la vremea lor, la locul lor, dar dacă tu, spre a face pe plac celorlalți, îți vei lăsa în fiecare zi pravila sau o vei citi superficial, atunci, pe drept, îți va fi rău mai târziu. Ține calea împărătească (de mijloc). Dacă ți se cer în ceasul rugăciunii anumite servicii, lasă rugăciunea și slujește-i fratelui, surorii, ca lui Hristos, dar dacă nu ți se cer, nu te lega singur (Arhiepiscopul Gherasim al Astrahanului).

**277. Întrebare: Ce să facă bolnavul?**

Răspuns: Bolnavul este bine să citească (sau să asculte) cărți dumnezeiești pentru a nu se ocupa cu gânduri deșarte.

**278. Întrebare: Cum putem face milostenie duhovnicească?**

Răspuns: Exemplul acestui lucru ni-l înfățișează starețul Adrian Iugski, care pe unii îi blagoslovea să se trudească pentru mănăstire, iar pe alții îi obliga să scrie rugăciuni, viețile sfinților și alte texte. Starețul împărțea cele scrise apropiaților lui și pelerinilor care veneau de pretutindeni.

**279. Întrebare: Cum să facem milostenie în ascuns?**

Răspuns: O stareță făcea milostenie în ascuns, zicând în același timp: „Iată, persoana aceea m-a rugat să-i dau!”. Pe lângă aceasta, ea dormea pe o piatră acoperită cu un covor vechi.

**280. Întrebare: Putem spune întotdeauna adevărul?**

Răspuns: Cine tace, știind adevărul, este ca un martor mincinos. Însă adevărul trebuie trecut sub tăcere atunci când poate aduce necazuri.

**281. Întrebare: Cum să ne purtăm față de necredincioși?**

Răspuns: Pentru ei, trebuie să ne pară rău și să ne rugăm. Trebuie să ne dorim ca ei să cunoască adevărul și să găsim ocazia să le dăm de înțeles cele cu privire la adevăr; iar când încep să atace cu glas tare adevărul, să le opunem rezistență plină de dragoste, dar plină de învățăminte. Și este de ajuns (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**282. Întrebare: Cum trebuie să ne purtăm față de serviciile celorlalți?**

Răspuns: Starețului Leonid îi plăcea să răsplătească fiecare serviciu fie printr-un alt serviciu, fie printr-un dar.

**283. Întrebare: Învățămintul laic se apropie de Dumnezeu?**

Răspuns: Cultura lumească nu ne face cunoscute desăvârșirile duhovnicești.

**284. Întrebare: Cum să ne purtăm față de înțeleptele proverbe populare?**

Răspuns: Există un proverb foarte înțelept: nu trebuie să nesocotim nici zicalele populare atunci când conțin în ele o idee sănătoasă (Sfântul Ioan Gură de Aur).

**285. Întrebare: Care dintre arte sunt deșarte?**



Răspuns: Artele deșarte sunt: a cânta la fluier (în general, la instrumente), a dansa, baletul și așa mai departe. Și, într-adevăr, după cuvântul Apostolului: Sfârșitul acestora este pieirea. Pântecul este dumnezeul lor, iar mărirea lor este întru rușinea lor, ca unii care au în gând cele pământești (Filip. 3, 19).

**286. Întrebare:** *Se cuvine să destăinuim inima noastră înaintea tuturor și să-i primim la noi pe toți?*

Răspuns: A destăinui tainele mântuirii înaintea oricui fără judecată și a-i primi la fel pe toți, chiar și pe cei care nu au nici viață curată, nici rațiune duhovnicească și exactă, este același lucru cu a vărsa într-un vas necurat mir de mult preț (Sfântul Vasile cel Mare).

**287. Întrebare:** *Se cuvine ca, atunci când muncim, să ne ostenim până la epuizare?*

Răspuns: Epuizarea este cealaltă extremă, opusă lenei. De aceea, nu-ți epuiza trupul pentru a nu cădea în boli și neputințe (Starețul Luca Glinski).

**288. Întrebare:** *Pentru ce se dau epitimii celor ce se spovedesc?*

Răspuns: Se dau epitimii pentru ca cei vinovați să nu fie nevoiți să dea răspuns în viața de după moarte.

**289. Întrebare:** *Care este cea dintâi știință?*

Răspuns: Știința cunoașterii de sine ne păzește de păcate. Ea este cea dintâi între toate științele, căci, fără ea, toate științele își pierd toată însemnătatea. Nu degeaba spun stareții: „Dacă te cunoști pe tine însuți, Îl vei cunoaște și pe Dumnezeu”. Trebuie să supraveghem gândurile noastre și mișcările inimii.

**290. Întrebare:** *Ce înseamnă a fi surd, orb și mut?*

Răspuns: A fi surd înseamnă a fi surd față de tot ceea ce nu este de folos pentru suflet și nu zidește mântuirea. A fi mut înseamnă a fi mut față de vorbele rele, osândire și insulte. A fi orb înseamnă a nu acorda atenție la ceea ce se săvârșește în jur și nu poate sluji la zidirea sufletului.

**291. Întrebare:** *Cine mai este numit de Sfânta Scriptură înțelept?*

Răspuns: Sfânta Scriptură îi numește înțelepți pe cei ce ascultă sfaturile, chiar dacă ei nu sunt socotiți înțelepți de oameni (cf. Pilde 12, 15).

**292. Întrebare:** *Este bine să ne rugăm pentru nevoitorii care nu sunt încă proslăviți pe pământ?*

Răspuns: Plăcută este lui Dumnezeu rugăciunea pentru plăcuții Lui răposați. Rugăciunea noastră mijlocește pentru ei slavă mare și îi determină să se roage pentru noi înaintea Domnului.

**293. Întrebare:** *De ce are chibzuința importanță mare în lucrarea mântuirii?*



Răspuns: Atunci când nu avem chibzuință duhovnicească, orice binefacere este supusă primejdiei de a fi neroditoare pentru mântuirea noastră. Omul fie se apucă de nevoințe, care sunt peste măsura puterilor lui duhovnicești; fie se apucă de un lucru care nu îi este necesar și nu face ceea ce îi este necesar și mai de folos, fie face ceea ce îi este necesar, însă nu așa cum s-ar cuveni, fie nu observă deloc cum în fapta lui cea bună se furișează vrăjmașul și o fură prin slava deșartă, prin iubirea de câștig și prin îngâmfare.

**294. Întrebare:** *Cum trebuie să stăm la rugăciune?*

Răspuns: La rugăciune trebuie să stăm fără să istovim trupul, fără să ne mutăm de pe un picior pe altul și fără să ne sprijinim de perete sau de stâlp. Măinile trebuie să le ținem cuviincios, să stăm în picioare dreapți și nemișcați, capul să nu-l îndreptăm într-o parte sau alta, ci să-l înclinăm puțin, să nu fim împrăștiți cu mintea și să nu fim curioși cu gândurile sau să fim distrași de cei leneși, care discută între ei și șoptesc, ci să reținem cu orice chip de la împrăștiere ochii și sufletul, fiind atenți la cuvintele rugăciunii, astfel încât nici unul dintre ele să nu fie rostit în zadar. Căci, dacă te vei obișnui să procedezi așa cu privire la acest lucru, în scurt timp vei izbândi și vei ajunge la măsura bărbatului desăvârșit. După încheierea slăvosloviei, să nu începi imediat să discuți cu unii sau cu alții. Păstrează tăcerea și depărtează-te de toți. Tăcerea, însă, păstrează-o cu următorul gând: „Ce lucru bun pot

spune eu, fiind necurat tot și nesăbuit și chiar nevrednic de a spune sau a auzi ceva sau de a mă socoti în rândul oamenilor?” (Sfântul Simeon Noul Teolog).

**295. Întrebare:** *Pentru ce sunt necesare canoanele primite la spovedanie?*

Răspuns: Domnul i-a poruncit leprosului să împlinească totul după lege. Iată ce înseamnă acest lucru: după spovedanie, trebuie să primim un canon și să îl împlinim cu credință, căci în el se ascunde o mare putere de apărare.

**296. Întrebare:** *De care bucurii trebuie să ne ferim?*

Răspuns: Trebuie să cercetăm și să verificăm și să deosebim felurile bucuriei. Lucrătorul leneș a lepădat lucrul și este bucuros că a venit ziua de sărbătoare: el se bucură de lenea lui, nu de Domnul; femeia nechibzuită s-a îmbrăcat cu podoabe de sărbătoare și începe cu plăcere ziua de sărbătoare: ea se bucură de deșertăciunea ei, nu de Domnul; mândăciosul și bețivanul văd sau își închipuie mese festive și se veselesc dinainte: ei se bucură de pântecele lor, nu de Domnul.

**297. Întrebare:** *Care dintre întrebări sunt dăunătoare sufletului?*

Răspuns: Cât de mare este Dumnezeu? Care este măsura Lui? Cum este El în esență? Asemenea întrebări sunt primejdioase pentru cel ce întreabă și



dificile pentru cel întrebat. Cea mai bună atitudine față de ele este tăcerea (Sfântul Vasile cel Mare).

**298. Întrebare:** *Cum să-l privim pe omul care este mulțumit de viața sa?*

Răspuns: Dacă observi vreun om care nu se plânge de soarta sa, oricât de grea ar fi ea, să fii convins că Îl poartă în el pe Dumnezeu.

**299. Întrebare:** *Care oameni nu se supără atunci când li se fac observații?*

Răspuns: Numai două categorii de oameni nu se supără atunci când li se fac observații sau când li se dau sfaturi: oamenii sfinți și oamenii care tind neîncetat spre sfințenie.

**300. Întrebare:** *Care faptă bună este desăvârșită și care păcat este mai greu?*

Răspuns: Orice faptă bună este cu atât mai bună și desăvârșită, cu cât este mai mare încordarea puterilor sufletești cu care este săvârșită, iar păcatul acela care este săvârșit cu intenție și cumpănire este mai greu decât cel săvârșit din nehibzuință sau din slăbiciune.

**301. Întrebare:** *Cine păstrează sfintele cărți spre pieirea sa?*

Răspuns: Unii oameni își păstrează cărțile cu un așa spirit de economie încât nu le dau nimănui să le citească și nici măcar să se atingă de ele nu le îngăduie celorlalți, de aceea întotdeauna și în toate rămân fără folos; în acelea din care și-ar putea

dobândi sporirea în răbdare și în iubire, își găsesc prilej de nerăbdare și pieire.

**302. Întrebare:** *Este voia lui Dumnezeu atunci când suntem aleși în funcție?*

Răspuns: Dacă omul însuși nu tinde într-acolo și este ales într-o anumită funcție, înseamnă că aceasta este voia lui Dumnezeu și Domnul îl va ajuta.

**303. Întrebare:** *Când trebuie să apelăm la ostenele trupesti în cadrul ocupațiilor duhovnicești?*

Răspuns: În general, la ostenele trupesti putem apela numai în cazul sleirii puterilor sufletești datorate ocupațiilor intelectuale de lungă durată – numai pentru a nu rămâne în trândăvie.

**304. Întrebare:** *Când se va lua harul Sfântului Duh?*

Răspuns: Însușește-ți acest semn și vei ști: când se va lua harul Sfântului Duh, atunci oamenii vor face privegherile și liturghiile în galop pe drumul mare, așa cum se fac și acum în Apus... Își vor trimite reciproc scrisori și vor primi scrisori cu conținut diferit și cu diverse subiecte, adică monahii vor intra în literatură, în cercetarea problemelor științifice și politice, iar poziția lor o vor îndrepta de la bunurile duhovnicești cu totul spre deșertăciune (Sfântul Nil Izvorătorul de mir).

**305. Întrebare:** *Cum să privim slujba prescurtată și săvârșită în grabă?*



Răspuns: În marea lor nesimțire, oamenii de astăzi au scurtat Dumnezeiasca slujbă... Slujbele voastre nu sunt bune de nimic pentru că sunt săvârșite în grabă. Pe cât îi este de folos tâmplarului o scândură putrezită, pe atât este de folos și o slujbă săvârșită în grabă. Pe cât îi este de trebuincios croitorului un ac strâmb, pe atât îi este de folos preotului o liturghie săvârșită în grabă (Sfântul Nil Izvorătorul de mir).

**306. Întrebare:** *Care sunt cele trei virtuți deosebit de importante în monahism?*

Răspuns: Importantă virtute este sărăcia; mai importantă decât ea este fecioria; și mai importantă decât acestea două este ascultarea. Căci prima are stăpânire asupra lucrurilor, a doua – asupra trupului, iar a treia – asupra duhului.

**307. Întrebare:** *Trebuie să refuzăm propunerile nepotrivite?*

Răspuns: Rahila a fost îndemnată să bea vin, însă ea a refuzat. Așa și voi să refuzați propunerile nepotrivite chiar dacă ele vin din partea unor persoane importante.

**308. Întrebare:** *Care om este mai plăcut lui Dumnezeu: cel care greșește și se căiește sau cel care nu greșește și nu se căiește?*

Răspuns: „Mie îmi este mai plăcut – a spus Cuviosul Pimen cel Mare – omul care greșește și se căiește decât cel care nu greșește și nu se căiește:

primul, socotindu-se păcătos, are cuget bun; al doilea, socotindu-se drept, are cuget fals”.

**309. Întrebare:** *Când putem scurta pravila de rugăciune?*

Răspuns: Piedicile din calea săvârșirii pravilei sunt diferite: indispoziția puternică sau surmenarea fizică foarte mare, un vizitator întâmplător, incomoditatea de pe drum și diverse alte obstacole care presupun atenție. În timpul tuturor acestor greutăți, trebuie să scurtăm în mod conștient pravila până la cât putem îndeplini (cu muștrare de sine). În același timp, trebuie să ne și ferim să fim indulgenți cu sine, pentru ca în acest fel conștiința să nu ne poată reproșa faptul că am putut face mai mult și nu am făcut.

**310. Întrebare:** *Cum putem face bine oricărui dintre oameni?*

Răspuns: Să-i dăruim celui alt bucurie, un zâmbet, fericire. Acest lucru îl poate face în orice moment și cel mai sărman dintre oameni.

**311. Întrebare:** *Cum să privim inovațiile în Biserică?*

Răspuns: Datorită inovațiilor apar de obicei diferite erezii și schisme, de care să ne păzească Hristos pe toți cei care credem cu dreptate în El (Cuviosul Paisie Velicikovski).

**312. Întrebare:** *Cum să petrecem sărbătorile lui Dumnezeu?*



Răspuns: Sărbătorile să le petreceți duhovnicește, nu lumește, adică să nu vă ocupați în acest timp cu vorbirea deșartă, cu glumele și cu râsul: sărbătoarea înseamnă sfințirea și luminarea sufletului, care trebuie să vină din tăcere, rugăciune și citirea cărților sfinte (Sfântul Simeon Noul Teolog).

**313. Întrebare: Ce virtute este important să dobândim?**

Răspuns: Mai mult decât orice, Domnul ne încearcă iubirea față de El, fiindcă, iubindu-L pe Dumnezeu, este ușor să izbândim în toate virtuțile; căci de dragul iubirii pentru Dumnezeu îndurăm totul, împlinim ascultarea, păzim curăția și săvârșim orice faptă bună.

**314. Întrebare: Este bine să mergem și să citim Psaltirea pentru cei răposați?**

Răspuns: Bun lucru este să citim Psaltirea pentru cei răposați, însă nu trebuie să o citim pentru toți cei răposați. Nu trebuie să o citim pentru: sinucigași, necredincioși, nebotezați și cei de alte credințe.

**315. Întrebare: Putem citi pravila de rugăciune în timpul slujbei în biserică și putem lucra atunci când se săvârșește slujba?**

Răspuns: A citi pravila în timpul slujbei este un obicei rău... Când părintele Alexandru Gorski (un nevoitor al bunei credințe) îi găsea pe studenți la lucru în timpul slujbei, le spunea că ceea ce fac ei în

timpul slujbei nu le este de folos, asemenea lucrului pentru care nu există binecuvântarea lui Dumnezeu.

**316. Întrebare: În timpul rugăciunii ne putem opri la gândurile duhovnicești sau la lucrurile de folos?**

Răspuns: În timpul rugăciunii trebuie să ne împotrivim nu numai gândurilor deșarte, ci și oricărui gând despre lucrurile duhovnicești și de folos care vine degrabă, să ne adâncim și să ne silim spre citirea rugăciunii și spre meditația dumnezeiască până la sfârșitul lor.

**317. Întrebare: Cum să dobândim pacea sufletească?**

Răspuns: Pentru fiecare păcat există pocăință. Ai greșit, pocăiește-te; iarăși ai greșit, iarăși pocăiește-te, și așa până la sfârșit. Procedând astfel, niciodată nu vei deznădăjdui, ci treptat vei dobândi pacea sufletească.

**318. Întrebare: Cum trebuie să relatăm cele auzite?**

Răspuns: Dacă ai de gând să relatezi, trebuie să redai foarte exact, adevărat, fără cea mai mică înfloritură și modificare. Adevărul trebuie să fie curat.

**319. Întrebare: Ce mai trebuie să știm despre rugăciune?**

Răspuns: La rugăciune trebuie nu numai să cerem: „Doamne, miluiește-mă, ajută-mă”, trebuie să



și mulțumim neîncetat și să știm să-L slăvim pe Domnul. Atunci va fi pace în sufletele noastre.

**320. Întrebare: Cum trebuie să discutăm?**

Răspuns: În timpul discuției este important să păzim simțămintele noastre prin rugăciunea lăuntrică pentru ca discuția cu oamenii lumești să nu influențeze starea noastră lăuntrică.

**321. Întrebare: Ce anume trebuie să-și amintească preoții?**

Răspuns: Preoții trebuie să se căiască mai des. Pe oameni îi spovedim des, dar noi înșine nu ne căim. Ar fi bine dacă am avea posibilitatea să spovedim în fiecare zi ceea ce avem pe conștiință (Schiegumenul Andronic).

**322. Întrebare: De la ce vârstă trebuie să se dezvolte duhovnicește copilul?**

Răspuns: Când încă este sugar, este bine să-l apropiem pe copil de icoane. Din punct de vedere duhovnicesc, primii ani sunt foarte importanți pentru dezvoltarea copilului. Aici putem include împărtășirea deasă, ducerea copilului la biserică, binecuvântarea preotului și a părinților, stropirea cu aghiasmă, rugăciunea pentru copil, discuțiile duhovnicești cu el și în prezența lui.

**323. Întrebare: Cum să privim rugăciunea comună în familie?**

Răspuns: Rugăciunea comună are mare importanță. Ea unește toată familia, o apropie. Însuși

Domnul a spus: Unde sunt doi sau trei adunați în numele Meu, acolo sunt și Eu în mijlocul lor. De aceea este bine să avem obiceiul ca toată familia să se adune laolaltă într-o cameră înaintea icoanelor pentru a începe și a încheia ziua cu rugăciunea. În timpul rugăciunii comune în familie, puteți împărți citirea rugăciunii între membrii familiei. Este bine, de asemenea, să includeți rugăciunea lui Iisus în pravila voastră de rugăciune. Rugăciunea trebuie să o începeți cu sentimentul nevredniciei voastre: „Nevrednic sunt eu, Doamne, să vorbesc înaintea Ta, deoarece sunt foarte păcătos”.

**324. Întrebare: Ce este bine să ne amintim în mijlocul deșertăciunilor?**

Răspuns: În mijlocul deșertăciunilor este bine să ne amintim cuvintele Evangheliei: Pentru că ce-i va folosi omului dacă va câștiga lumea întreagă, iar sufletul său îl va pierde? (Mt. 16, 26).

**325. Întrebare: Când se curățește sufletul?**

Răspuns: Sufletul se curățește atunci când îndură necazurile pentru Dumnezeu (Sfântul Ioan Gură de Aur).

**326. Întrebare: Când slăbește sufletul?**

Răspuns: Auzul desfătat cu muzica, cu cântatul la flaut slăbește deseori sufletul; iar nările, la simțirea mireasmelor (de la parfumuri, apa de colonie și altele), ademenesc inima și o atrag spre plăcere (Sfântul Ioan Gură de Aur).



**327. Întrebare: Când trebuie să acoperim defectele aproapelui și când nu trebuie?**

Răspuns: Este bine să acoperim defectele aproapelui atunci când putem face acest lucru și când acest lucru nu pricinuieste vreun rău; dar, dacă aceste defecte încep deja să iasă la iveală de la sine, atunci este mai bine să rămânem în adevăr, lăsându-ne în voia lui Dumnezeu (Sfântul Iosif de la Optina).

**328. Întrebare: Mă plictisește viața pământească. Ce să fac?**

Răspuns: Te plictisește viața pământească? Dar ai uitat ce îi așteaptă pe oamenii păcătoși în viața de după moarte? Căci acolo de un milion de ori este mai greu și mai trist decât pe pământ, iar în raiul lui Dumnezeu nu sunt primiți cei ce trăiesc aici la întâmplare (Sfântul Iosif de la Optina).

**329. Întrebare: Cât de primejdios este păcatul osândirii?**

Răspuns: Îmi scrii că osândești. Doar știi că din această pricină pierzi toate ostenele și nevoințele (Sfântul Iosif de la Optina).

**330. Întrebare: Întotdeauna trebuie să cerem iertare?**

Răspuns: Îmi scrieți că i-ați cerut iertare lui Smirnițkaia, iar ea a spus: „Iată, ea este cea vinovată, de aceea îmi și cere iertare”. În acest caz vă sfătuiesc să nu o mai salutați și să nu îi mai cereți iertare (nici atunci când oamenii se poartă cu batjocură dacă le cereți iertare sau când nu vă iartă deși le cereți

iertare), căci acest lucru îi dăunează sufletului ei. Iar în loc de aceasta, când mergeți la spovedanie, rugați-vă pentru ea, zicând rugăciunea următoare: „Mântuiește-o, Doamne, și miluiește-o pe roaba Ta (numele ei) și pentru sfintele ei rugăciuni miluiește-mă și pe mine, păcătoasa”. Apoi să o iertați în gând pentru faptul că v-a supărat (Sfântul Iosif de la Optina).

**331. Întrebare: Ce anume acționează în om cel mai puternic spre rău?**

Răspuns: Cel mai puternic acționează în om contrazicerea. Uneori, omul dorește să facă și ceva greu, dar, dacă îi spui să facă ceva ușor, atunci imediat se tulbură. Dar trebuie să facă ascultare chiar dacă i se pare că nu este bine așa (Sfântul Iosif de la Optina).

**332. Întrebare: Cine îi face mai mult pe plac lui Dumnezeu: cel care se duce cu întrebări pentru sfaturi la părintele sau la starețul duhovnic sau cel care nu se duce?**

Răspuns: Batiuşka Iosif de la Optina a spus că cel ce merge la Stareț, chiar dacă își duce viața fără putere, totuși stă mai puternic decât cel ce trăiește fără îndrumare.

**333. Întrebare: Întâlnim un om, după cât se pare, clarvăzător, dar, în același timp, simțim că în el ceva nu este în ordine: cum aflăm dacă este de la Dumnezeu clarviziunea lui?**



Răspuns: „Trebuie să-i recunoaștem pe acești oameni după smerenie – a răspuns părintele Iosif de la Optina, deoarece vrăjmașul îi poate da omului clarviziune, dar smerenie niciodată nu îi dă. Ea îl arde chiar pe el”.

**334. Întrebare: Asupra cui acționează duhul rău direct, ori prin vrăjitori, ori prin oamenii săi?**

Răspuns: Deși duhul cel rău și ucigător de oameni este legat cu lanțurile atotputerniciei lui Dumnezeu și nimic nu poate face împotriva celor care se află sub umbra harului lui Hristos, totuși asupra celor care prin necredința și necuviința lor se retrag de sub acest sfânt acoperământ și îi deschid ușa (mai ales prin faptul că aleargă la vrăjitori, spiritiști, hipnotizatori și lecuitori moderni) în inimă lor, duhul răutății capătă posibilitatea de a acționa direct și nemijlocit asupra acestor oameni nefericiți, insuflându-le din plinătatea răutății sale gânduri hulitoare, pofte dăunătoare și cugete potrivnice lui Dumnezeu.

**335. Întrebare: Cum să privim plăcerile lumii?**

Răspuns: Eleucid în om viața duhovnicească.

**336. Întrebare: Care este proorocia despre singurătate?**

Răspuns: În vremurile din urmă, singurătatea va sărăci foarte... (probabil din cauza televizorului și a radioului) ...Viața în tăcere este mai de cinste decât toate felurile de viață. Prin ea (prin tăcere) o mulțime de sfinți I-au făcut pe plac Domnului.

**337. Întrebare: De ce anume Se bucură Domnul?**

Răspuns: Domnul Se bucură atunci când pentru El oamenii se leapădă de cele trecătoare, iar cele trecătoare sunt nu numai bogăția și lucrurile materiale, ci și orice plăcere și desfătare cu păcatul.

**338. Întrebare: În toate se cuvine a-i asculta pe părinți?**

Răspuns: În toate cele în care nu există păcat. Dacă ei vă poruncesc ceva împotriva poruncilor lui Dumnezeu, să nu-i ascultați.

**339. Întrebare: Trebuie să ne îndepărtăm de cei ce cârtesc?**

Răspuns: Depărtează-te, iubitule fiu, de cei ce cârtesc, pentru a nu aduce pieirea sufletului tău.

**340. Întrebare: Din ce cauză are loc întinarea în timpul nopții?**

Răspuns: Ademenirea în somn are loc din multe pricini: 1) dacă l-ai osândit pe cel sincer, este un păcat foarte mare; 2) din îngâmfare și mândrie, care, de asemenea, sunt păcate; 3) pentru că ai mâncat și ai băut mult; 4) datorită firii; 5) datorită slăbiciunilor trupesti și a anumitor boli; 6) din invidie diavolească. Iar preoții împărtășesc acestea celor înțelepți și prin canon aceștia se curățesc (de întinare).

**341. Întrebare: De care mâhnire se tem diavolii?**

Răspuns: Diavolii se tem de mâhnirea pentru păcate, ca hoții de câini.



**342. Întrebare: Ce rău provoacă tristețea și cum să ne izbăvim de ea?**

Răspuns: Tristețea întunecă mintea, înlesnește descurajarea și de aici provin frica și gândul hulitor. Omul se izbăvește de tristețe prin rugăciune sârguincioasă, cu lacrimi și suspine, rugăciune, care alungă duhul tristeții.

**343. Întrebare: Cum să scăpăm de gândurile rele și deșarte?**

Răspuns: Leacul pentru gânduri este pomenirea morții și a chinurilor din veacul viitor.

**344. Întrebare: Trebuie să ne căim pentru gândurile rele?**

Răspuns: Trebuie să ne ferim foarte mult de gândurile necurate și să facem pocăință pentru ele, căci prin ele păcătuim fără încetare înaintea lui Dumnezeu. Stăpâne Doamne, iartă-mă, pentru că am gândit împotriva voii Tale cu știință sau din neștiință, căci a Ta este mila în veci.

**345. Întrebare: Cum să dobândim plânsul cel după Dumnezeu?**

Răspuns: Grăit-au Sfinții Părinți din schituri: dacă voiești să dobândești plânsul, să iubești sărăcia și smerenia, să nu ai lucruri bune în chilia ta și să-ți aduci aminte de judecată și de moarte.

**346. Întrebare: De ce anume Se bucură îndeosebi Dumnezeu?**

Răspuns: Nimic nu Îl bucură pe Dumnezeu ca omul care nu ține minte răul (Sfântul Ioan Gură de Aur).

**347. Întrebare: Orice unire este plăcută lui Dumnezeu?**

Răspuns: Trebuie să știți că nu orice unire este de folos; numai aceea care este după voia lui Dumnezeu... Iar Sfinții Părinți au pus cu pravile sub anatemă, prevenindu-i pe ortodocși, unirea cu cei de alte credințe.

**348. Întrebare: Ce păcat doboară toate virtuțile și ostenele?**

Răspuns: Știi că fecioarele neînțelepte din Evanghelie toate le împlineau: fecioria, postul, înfrânarea, privegherea, cântarea psalmilor, dormitul pe o parte, mâncarea uscată, rugăciunea, nespălarea, munca și multe alte nevoințe. Însă nemilostivirea singură a doborât toate virtuțile pomenite.

**349. Întrebare: Cum să-i definim pe oamenii lumești?**

Răspuns: Distracțiile, petrecerile sunt patimile oamenilor ușuratici și trândavi.

**350. Întrebare: Ce scop are vrăjmașul mântuirii noastre?**

Răspuns: Vrăjmașul mântuirii noastre cu un singur lucru se ocupă; prin toate mijloacele se străduiește să ne abată de la Dumnezeu și să ne ia, să ne ucidă timpul. El cunoaște adevărata lui valoare...



Neîncetat urmărește ca mintea noastră să nu intre în acord cu Dumnezeu... El ascunde viitorul (veșnicia) și amintirea despre moarte... ca noi să nu începem să iubim cele de Sus (Sfântul Efrem Sirul).

**351. Întrebare: Ce este principal în viață?**

Răspuns: Principalul lucru în viață este rugăciunea, iar toate celelalte lucruri se află pe locul doi (Sfântul Grigorie Teologul).

**352. Întrebare: Putem dobândi virtuțile fără piedici?**

Răspuns: Să nu crezi că dobândești vreo virtute fără mâhnirea și durerea sufletului (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**353. Întrebare: Cum să privim tihna și desfătarea trupului?**

Răspuns: Desfătarea trupului se află între lucrurile cele mai urâte de Dumnezeu (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**354. Întrebare: Ce este principal pe calea mântuirii?**

Răspuns: Principalul lucru pe calea mântuirii este să-ți umpli sufletul cu adevărurile și noțiunile cerești (iar nu cu cele lumești). Ele pătrund în inimă și atrag dorințele, iar atunci toată ființa tinde către cer și către tot ce e ceresc.

**355. Întrebare: Are mare importanță măsura față de toate lucrurile în viață?**

Răspuns: Viața virtuoasă nu constă în a nu mânca, a nu dormi, a nu avea odihnă, ci în a face toate cu măsură și la timpul lor (Sfântul Teodor Studitul).

**356. Întrebare: Pe cine va lipsi de Împărăția Cerurilor Mântuitorul și Judecătorul?**

Răspuns: Pe cei care și-au însușit-o singuri, neavând duhul lui Hristos (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**357. Întrebare: Cât de mare va fi greutatea chinurilor?**

Răspuns: Atunci când păcătoșii vor fi alungați din fața lui Dumnezeu, țipătul lor va zdruncina pământul din temelii (Sfântul Efrem Sirul).

**358. Întrebare: Ce fel de cuget caută la noi Domnul?**

Răspuns: Dumnezeu Se uită cu atenție la cugetul tău... și vede cum Îl cauți tu pe El – din tot sufletul sau cu nepăsare și lene. Și, dacă Îl cauți din suflet, numai atunci îți pregătește biruința.

**359. Întrebare: Cum trebuie să îndurăm necazurile?**

Răspuns: Necazurile trebuie să le îndurăm cu mulțumire (Sfântul Macarie cel Mare).

**360. Întrebare: Cum să dobândim ne iubirea față de lume?**

Răspuns: Gândește-te că viața nu are nimic în sine în afară de lacrimi, reproșuri, vorbe rele, lenevie,



osteneli, boli, bătrâneți, păcate și moarte. Și nu vei iubi lumea (Sfântul Efrem Sirul).

**361. Întrebare:** *Ce deosebire există între cel ce păcătuiește cu gândul și cel ce păcătuiește cu fapta înaintea celorlalți?*

Răspuns: Cel ce păcătuiește cu gândul va da răspuns numai pentru sine, iar cel ce păcătuiește cu fapta va da răspuns pentru cei pe care i-a smintit și i-a uimit (Sfântul Efrem Sirul).

**362. Întrebare:** *Cum să-i privim pe cei care se lenevesc atunci când trebuie să meargă la biserică?*

Răspuns: Cine se lenevește atunci când trebuie să cânte și să-L proslăvească pe Domnul este străin de viața viitoare (Sfântul Efrem Sirul).

**363. Întrebare:** *Binele săvârșit în chip rău mai este bine?*

Răspuns: Binele dobândit prin păcat se preface în blestem pentru cel ce l-a dobândit (Sfântul Efrem Sirul).

**364. Întrebare:** *Trebuie să ținem seama de duhul vremii?*

Răspuns: Să luăm seama la cum sunt vremurile acum și acest lucru ne va învăța ceea ce avem de făcut. Arhiepiscopul Nikon de Vologod scria: „Duhul vremii încearcă să ne oblige să ne călcăm pe conștiință, să facem concesie după concesie împotriva Legii lui Dumnezeu, a Bisericii, a religiei”.

**365. Întrebare:** *Ce efecte au discuțiile nefolositoare?*

Răspuns: Discuțiile provoacă împrăștierea și slăbirea minții (Sfântul Isaac Sirul).

**366. Întrebare:** *De ce părăsește Dumnezeu grija pentru om?*

Răspuns: Dumnezeu părăsește grija față de om că mintea acestuia se oprește la gândul despre meritele sale (Sfântul Isaac Sirul).

**367. Întrebare:** *Cum să-i privim pe acei oameni care consideră că păcatele lor sunt mici?*

Răspuns: Acela care consideră că păcatele lui sunt mici va suferi o pedeapsă de șapte ori mai mare și îi va fi mai rău decât înainte (Sfântul Isaac Sirul).

**368. Întrebare:** *Când ne prinde vrăjmașul mântuirii cu cunoștințele?*

Răspuns: Vrăjmașul ne prinde cu cunoștințele noastre atunci când ne încredem în ele (și nu îi întrebăm pe cei experimentați duhovnicește) (Sfântul Isaac Sirul).

**369. Întrebare:** *Este bine, așa cum le place unora, să îi muștrăm pe ceilalți?*

Răspuns: Râvna pentru lecuirea patimilor celorlalți este boală grea (Sfântul Isaac Sirul).

**370. Întrebare:** *Putem birui răul înlăuntrul nostru fără osteneli și răbdarea necazurilor?*



Răspuns: Nimeni nu poate birui răul fără să se istovească prin osteneală îndelungată și fără să sufere (Sfântul Teodor Studitul).

**371. Întrebare: Cine se mântuiește: cine știe multe, dar nu împlinește, sau cine nu știe, dar împlinește?**

Răspuns: În cer va intra nu cel care a citit sau a învățat mult pe de rost, ci cel care duce o viață curată și neîntinată chiar dacă nici nu știe să citească (Sfântul Teodor Studitul).

**372. Întrebare: Cum nu trebuie să răspundem?**

Răspuns: Să nu răspunzi cu cuvânt obraznic (Sfântul Teodor Studitul).

**373. Întrebare: De ce anume trebuie să ne ferim atunci când suntem bolnavi?**

Răspuns: Să nu faci din boală prilej pentru lene (Sfântul Teodor Studitul).

**374. Întrebare: Cum să privim glumele deșarte?**

Răspuns: Glumele deșarte se îndreaptă spre chinul veșnic (Sfântul Teodor Studitul).

**375. Întrebare: Ce este mai rău – înfrânarea peste măsură sau săturarea cu mâncare și băutură?**

Răspuns: Înfrânarea nemăsurată este mai rea decât săturarea, deoarece datorită ei nu se poate ajunge la dreapta chibzuință, însă după săturare, se poate (Sfântul Ioan Casian Romanul).

**376. Întrebare: Cum să ne purtăm față de cei care nu vor să asculte Cuvântul lui Dumnezeu?**

Răspuns: Depărtează-te de cei ce sunt nesimțitori față de propovăduirea evanghelică și nu te bucura de binefacerile lor (Sfântul Vasile cel Mare).

**377. Întrebare: Poate exista lăcomia pântecelui atunci când mâncăm puțin, dar dorim mâncăruri gustoase?**

Răspuns: Da, există lăcomia pântecelui și atunci când mâncăm puțin, dar dorim mâncăruri gustoase. Cât de puternică este această otravă! Este cea dintâi pricină a relelor (Sfântul Vasile cel Mare).

**378. Întrebare: De ce mulți nu Îl văd și nu Îl aud pe Dumnezeu?**

Răspuns: Toate interesele și simpatiile lor sunt în exterior: desfătările și spectacolele absorb toată viața lor; mai este nevoie să ne mirăm după aceea că nu Îl văd și nu Îl aud pe Dumnezeu (Sfântul Vasile cel Mare).

**(379) Întrebare: Care sunt semnele înșelăciunii?**

Răspuns: Sunt dorința de a ne impune punctul de vedere și privirea oarecum sălbatică.

**380. Întrebare: Este greșit să ne rugăm la repezeală?**

Răspuns: Dacă cineva se roagă lui Dumnezeu fără frică, în treacăt, acela atrage mânia lui Dumnezeu, izgonirea lui Dumnezeu. Mai bine să nu



se roage deloc decât să se roage superficial. Nu există păcat mai mare. Diavolii din nici o altă pricină nu năvălesc așa cum năvălesc datorită disprețului față de Dumnezeu (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**381. Întrebare: În ce trebuie să ne îmbogățim și de ce trebuie să avem grijă?**

Răspuns: Trebuie să ne îmbogățim în fapte bune, dar, mai mult, trebuie să ne îngrijim de dispozițiile bune (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**382. Întrebare: Prin ce anume participăm, fără să observăm, la păcatele celorlalți?**

Răspuns: Prin faptul că pentru păcatul săvârșit de ei există și încuviințarea noastră.

**383. Întrebare: Să-l ascultăm pe acela care vorbește de la sine?**

Răspuns: De la sine învață cel care nu este călăuzit de duhul scrierilor patristice, cu trimitere la Sfinții Părinți. De aceea nu trebuie să-i dăm crezare omului care nu vorbește potrivit Sfinților Părinți; nu trebuie să-l primim, ci, dimpotrivă, să ne depărtăm de el (Sfântul Simeon Noul Teolog).

**384. Întrebare: Cum se despart astăzi unii creștini de Hristos?**

Răspuns: Astăzi sunt deschise bisericile creștine în care se săvârșește dumnezeiasca slujbă, dar iată care este fenomenul trist: mulți creștini, fără să fie torturați, se despart de Hristos. Lumea îi persecută pe robii lui Hristos prin batjocuri și dispreț și mulți

nu îndură aceste lucruri. „Pare-se că ai început să mergi des la biserică?!“ – întreabă ceilalți ironic. Și creștinul tace. „Desigur, de ce să nu mergi când e sărbătoare, dar tu mergi aproape în fiecare zi! Se pare că și posturile ai început să le ții. Nu te pregătești cumva să mergi la mănăstire?“ Și creștinul iarăși tace.

**385. Întrebare: Ce primește de la Dumnezeu cel care îndură chinuri pentru Hristos?**

Răspuns: Chinurile îndurate pentru Hristos dăruiesc mântuirea la Înfricoșătoarea Judecată a Celui înaintea Căruia va sta toată lumea.

**386. Întrebare: Cum să-l recunoaștem pe cel virtuos?**

Răspuns: Dacă sufletul cuiva este virtuos, acest lucru se descoperă în privire, mers, glas, zâmbet, discuții și comportament. În el, totul s-a schimbat și a căpătat cea mai plăcută înfățișare.

**387. Întrebare: Când este socotită răbdarea nevoină?**

Răspuns: Dacă rabzi (boala sau necazurile) și îți mulțumești Domnului, mulțumirea ți se socotește nevoină (Sfântul Varsanufie cel Mare).

**388. Întrebare: Poate bărbatul, la nevoie, să se roage cu capul acoperit?**

Răspuns: Chiar și atunci când ai capul acoperit, nu lăsa rugăciunea, ci urmărește numai să nu o faci cu nesocotință.



389. *Întrebare: De unde dobândește putere rugăciunea lui Iisus?*

Răspuns: Rugăciunea lui Iisus dobândește putere îndeosebi din sentimentul smereniei și al zdrobirii inimii și, de asemenea, din căința cu care este rostită.

390. *Întrebare: Care este datoria deosebită a preoților și a monahilor?*

Răspuns: Preoții și monahii trebuie în mod obligatoriu să se roage pentru ceilalți.

391. *Întrebare: Se cuvine să lăsăm citirea cărții dumnezeiești când vine starea de rugăciune?*

Răspuns: Dacă mintea ta și inima simt starea de rugăciune în timpul citirii Sfintei Scripturi, rămâi în rugăciune până când starea de rugăciune va înceta.

392. *Întrebare: Când trebuie să plecăm de la stareț?*

Răspuns: Cuviosul Pimen cel Mare a poruncit să ne despărțim imediat de starețul care provoacă daune sufletului. Alt lucru este atunci când nu există daune sufletești, ci numai gânduri tulburătoare, de la diavol, cărora nu trebuie să le dăm ascultare, deoarece acționează... tocmai atunci când dobândim folos sufletesc.

393. *Întrebare: Cum să folosim necazul spre mântuire, în afară de răbdare și mulțumire?*

Răspuns: Fiecare necaz ce vine fără voia ta să te învețe să faci pocăință (Cuviosul Marcu Ascetul).

394. *Întrebare: De ce trebuie să ne bucurăm atunci când suntem ocărăți?*

Răspuns: Fiind supuși diferitelor ocări din partea oamenilor, să ne bucurăm nu pur și simplu, nu fără socotință, ci să ne bucurăm pe temeiul că găsim ocazia prielnică pentru dobândirea iertării greșelilor noastre, iertându-l pe aproapele (Cuviosul Marcu Ascetul).

395. *Întrebare: Ce alt folos mai dobândim din mersul la biserică lui Dumnezeu?*

Răspuns: Dacă nu aș fi fost la slujbe, cât mi s-ar fi înmulțit în acest timp păcatul vorbirii deșarte, al râsului nesăbuit, al treburilor, discuțiilor, gândurilor, simțămintelor, dorințelor deșarte și faptul că nu aș fi făcut nimic.

396. *Întrebare: Ce este important în ospitalitate?*

Răspuns: Nu să ospătam este important, ci în timpul ospățului să hrănim sufletul cu Cuvântul lui Dumnezeu.

397. *Întrebare: Trebuie să dezvăluim celorlalți ceea ce ne-a spus sau ne-a dat părintele duhovnic?*

Răspuns: Nu trebuie să spunem altora cu câtă atenție s-a purtat cu noi părintele duhovnic, căci din această pricină pot apărea invidie și gelozie.

398. *Întrebare: Trebuie să vorbim altora despre starea noastră lăuntrică?*



Răspuns: Față de oameni trebuie să ascundem trăirile noastre (și cele duhovnicești, și cele păcătoase), să nu expunem starea noastră launtrică, ci să o împărtășim numai celui care o înțelege sau părintelui duhovnic (Schiegumenul Ioan).

**399. Întrebare: Când au putere înaintea lui Dumnezeu binefacerile noastre trupești?**

Răspuns: Binefacerile trupești capătă putere numai atunci când sunt sfințite cu numele lui Dumnezeu.

**400. Întrebare: Ce să facem cu imaginile sfinte din revistele, gazetele și timbrele lumești?**

Răspuns: Trebuie să punem de-o parte cu grijă sfintele imagini și să le ferim de profanare (Arhiepiscopul Nikon de Vologod).

**401. Întrebare: Cum trebuie să-i învățăm pe ceilalți?**

Răspuns: Întotdeauna trebuie să-i învățăm și să-i convingem cu duioșie, cu blândețe și cu dragoste, dar în primul rând cerând în sinea noastră ajutorul lui Dumnezeu.

**402. Întrebare: Pe cine trebuie să evităm?**

Răspuns: Trebuie să-i evităm și să nu vorbim cu aceia față de care simțim patimă.

**403. Întrebare: Pentru cine este dobândirea sfintelor cărți mântuitoare și pentru cine este dăunătoare?**

Răspuns: Dobândirea multor cărți este folositoare pentru cei care le întrebuințează, iar cine crede că numai dobândirea cărților îl îmbogățește, aceluia îi este pregătită osândă sigură.

**404. Întrebare: Ce este important în credință?**

Răspuns: Cunoașterea credinței este lucrul cel mai necesar. De aceea și râvna pentru acest lucru trebuie să fie cea dintâi (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**405. Întrebare: Cu ce trebuie să ne alinăm?**

Răspuns: Trebuie să conștientizezi că ești un nimic, dar trebuie să te și alini cu faptul că ești creștin (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**406. Întrebare: Ce importanță are slăbirea trupului?**

Răspuns: Slăbirea și lenevirea trupului reduc puterea morală a omului și îl apropie de cădere. (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**407. Întrebare: Ce împiedică în mod deosebit căința pentru păcate?**

Răspuns: Căința nu se împacă cu sentimentul îndreptățirii (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**408. Întrebare: Cum să ne purtăm față de economia banilor?**

Răspuns: Să nu strângi bani toată viața ta, căci altfel Dumnezeu nu îți va mai purta de grijă (Sfântul Teofan Zăvorâtul).



**409. Întrebare:** *Care sunt acei creștini care nu au duhul lui Hristos?*

Răspuns: Sunt acei creștini care nu știu cui aparțin – nici lui Hristos, nici lumii: în exterior iau parte la toate rânduielile vieții creștine, iar cu gândurile și cu inima se îndreaptă spre alt domeniu și în alte lucruri își găsesc alinarea, desfătarea și fericirea. Grija lor nu este pentru Domnul, ci pentru a trăi în liniște și dezmierdare pe pământ. Le lipsește inima creștină. Inima lor nu tinde într-acolo... Nu în Dumnezeu este binele ei, ci în sine și în lume și nu în cer este raiul ei, ci pe pământ (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**410. Întrebare:** *De ce nu trebuie să amânăm intenția de a începe viața duhovnicească?*

Răspuns: Sfinții Părinți ne roagă stăruitor să începem lucrarea duhovnicească fără întârziere pentru a reuși să căpătăm deprinderea pentru veșnicie.

**411. Întrebare:** *Cum să îndurăm greutățile nevoinței și necazurile vieții?*

Răspuns: Cine nu are înaintea ochilor săi bucuria și nădejdea că și noi vom fi părtașii răscumpărării și ai vieții nu poate îndura greutățile nevoinței și nu poate accepta viața cea plină de necazuri.

**412. Întrebare:** *În ce constă smerenia și care este binele ce iese din ea?*

Răspuns: Smerenia este înțelegerea propriei nimicnicii, care nu are nici o limită, și tocmai în aceasta constă izbânda sufletului. Pentru smerenie, Dumnezeu iartă totul și nu caută lipsurile nevoințelor (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**413. Întrebare:** *Care virtute îi înfometează pe demoni?*

Răspuns: Înfrânarea îi înfometează pe demoni, căci plăcerile sunt hrana demonilor. Însă unii, istovindu-se prin post și înfrânare nemăsurată, s-au îndepărtat de Dumnezeu.

**414. Întrebare:** *Ce ne împiedică să părăsim păcatul și să ne îndreptăm către Dumnezeu?*

Răspuns: Coruperea voinței. Acest lucru se îndreaptă prin lăsarea noastră în voia celuilalt (a duhovnicului). Și Sfinții Părinți au luptat cel mai mult împotriva voii lor (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**415. Întrebare:** *Ce este deșertăciunea?*

Răspuns: Deșertăciunea înseamnă desfătările vieții de aici.

**416. Întrebare:** *Cum este mai ușor să biruim păcatul?*

Răspuns: Sfinții Părinți ne spun că cel mai ușor este să biruim păcatul începând cu gândurile. Chiar și lucrarea cea plăcută lui Dumnezeu și slujirea față de El încep prin cugete bune.

**417. Întrebare:** *Ce înseamnă a fi atent la tine însuși?*



Răspuns: A fi atent la tine însuși înseamnă a veghea neîncetat, fără șovăire asupra ta, a urmări mișcarea gândurilor și a simțămintelor tale și a le chibzui pe toate: cele rele urmând a le respinge, a le alunga și a te muștra pentru ele, iar la gândurile și simțămintele cucernice, rugătoare, sfinte urmând a te opri și a rămâne în ele.

**418. Întrebare: Duhul rău se poate pocăi?**

Răspuns: Duhul rău însuși a adevărit că pocăința duhurilor rele este imposibilă și aceasta nu depinde de Dumnezeu, ci de libertatea lor, îndreptată numai spre rău, și de mândria nemăsurată, care exclude orice smerenie.

**419. Întrebare: Când nu se pot face în biserică metanii până la pământ?**

Răspuns: Metanii până la pământ nu se fac din ziua Sfintelor Paști până în ziua Sfintei Treimi. În decursul întregului an în cele douăsprezece praznice, în zilele de duminică și sâmbătă și, de asemenea, în zilele împărtășirii cu Sfintele Taine nu se fac metanii, ci se admite numai plecarea genunchilor (în zilele de duminică și sărbători) cu binecuvântare la locurile sfinte.

**420. Întrebare: Ce rugăciune, câte metanii și cât timp trebuie să le săvârșim pentru o răposată care abia și-a dat sufletul?**

Răspuns: Trebuie să rostim rugăciunea: „Odihnește, Doamne, sufletul răposatei roabei Tale (numele ei) și iartă-i ei orice greșală săvârșită cu

voie și fără de voie” – de 12 ori cu 12 metanii dimineața (după rugăciunile de dimineață) și seara (după rugăciunile de seară), timp de 40 zile.

**421. Întrebare: Putem în biserică, aflându-ne la strană, să facem observație în auzul tuturor dacă i se întâmplă cuiva să greșească la citire sau la cântare?**

Răspuns: Nu trebuie nicidecum să facem observație în auzul tuturor, nici să oprim cele începute dar, mai ales, nici să râdem pentru a nu le provoca și celorlalți tulburare. Ce dacă s-a întâmplat, de exemplu, ca cineva să nu spună acel prochimien sau să nu citească atâtea stihuri câte sunt rânduite în canon? Acest lucru, desigur, trebuie să-l amintim cu binișorul, dar este bine să-l explicăm după terminarea slujbei; fărădelegea nu constă în faptul că din greșală nu s-a citit ceea ce trebuia, ci în faptul că, deși s-au citit cele rânduite, acest lucru s-a făcut fără luare aminte.

**422. Întrebare: Ce să fac dacă nu am găsit duhovnic priceput și smerit?**

Răspuns: Da, într-adevăr, un îndrumător duhovnicesc bun în vremurile noastre este o mare raritate. În acest caz să-ți spovedești mai des păcatele la preotul duhovnic, iar învățăturile să le iei din Sfânta Scriptură și din cărțile scrise de Sfinții Părinți și de stareți, mai ales din cele despre nevoință.

**423. Întrebare: Cum este corect să ne închinăm?**

Răspuns: Să te închini întotdeauna cu evlavie și cu râvnă, ducând mâna la frunte, la pantece, la



umărul drept și la cel stâng; întotdeauna să te închini stând în picioare, ținând trupul în poziție dreaptă, iar apoi să faci metanie, dar nu așa cum fac unii, închinându-se și făcând metanie în același timp; nu trebuie să faci semnul crucii și metaniile în grabă. Metania mică trebuie să fie aceea în care, aplecându-te, să poți ajunge cu mâna până la pământ. Arhiepiscopul Antonie Volânski scrie: „Crucea ortodoxă se săvârșește astfel: mâna dreaptă cu cele trei degete adunate se așază mai întâi pe frunte (nu pe nas, nu pe barbă și nu în aer), apoi pe pantece, apoi pe umărul drept și, în cele din urmă, pe umărul stâng (nu la subsuoară)”.

**424. Întrebare:** *Va primi de la Dumnezeu răsplată cel care a dat sfat bun și a îndemnat la bine?*

Răspuns: Fără îndoială că va primi. Ia ascultă ce spune despre aceasta Sfântul Ioan Gură de Aur: „Dacă dai sfaturi, iar ascultătorul nu le primește și nu aduce roadele ascultării, ție tot îți este pregătită de Dumnezeu răsplata pentru sfaturi și vei dobândi aceeași răsplată pe care ai fi dobândit-o dacă celălalt te-ar fi ascultat, pentru că tu ți-ai îndeplinit datoria ta. Datoria noastră nu este să-i convingem pe ascultători, ci numai să-i sfătuim”.

**425. Întrebare:** *Se cuvine să ascult din nou cuvântul lui Dumnezeu și învățăturile, căci ascult, dar nu împlinesc, nu fac ceea ce învăță ele?*

Răspuns: Să ascuți, chiar dacă nu faci ceea ce învăță ele, pentru că de la ascultare se ajunge și la

înfăptuire. Chiar dacă nu faci ceea ce te învață, totuși să te rușinezi de păcat, să-ți schimbi modul de gândire și să te osândești pentru faptul că nu faci (Sfântul Ioan Gură de Aur).

**426. Întrebare:** *Care este prima cerință păcătoasă a omului?*

Răspuns: Ca totul să fie după voia lui și, când acest lucru nu se întâmplă, imediat cârtește împotriva lui Dumnezeu și se supără pe oameni.

**427. Întrebare:** *Ce importanță au nevoințele exterioare?*

Răspuns: Chiar dacă nevoințele exterioare sunt necesare, totuși ele sunt niște schele, de aceea opriți-vă mai puțin atenția asupra lor. Clădirea se construiește cu ajutorul lor, însă ele nu sunt clădirea. Clădirea este în inimă: spre lucrarea inimii să vă îndreptați atenția. Unul și același lucru poate fi și plăcut, și neplăcut lui Dumnezeu, judecând după intenții. Învățați-vă cu acest lucru.

**428. Întrebare:** *Cum este înțelept să-i slujim celui bolnav?*

Răspuns: Cel ce-i slujește cu înțelepciune celui bolnav slujește pentru a dobândi inimă milostivă, pentru a dobândi sentimentul compătimirii: căci cine are acest scop, acela, orice i s-ar întâmpla – vreun necaz din afară ori dacă însuși bolnavul s-ar revolta împotriva lui – îndură fără tulburare toate acestea, ținând cont de scopul său și știind că mai recunoscător îi este lui bolnavul decât el bolnavului.



Și fiți încredințați că cel ce slujește cu înțelepciune bolnavului, se eliberează și de patimi și de lupte.

**429. Întrebare:** *Pe cine trebuie să socotim bogat?*

Răspuns: Bogat nu este cel care a câștigat mult, ci cel care a dăruit mult.

**430. Întrebare:** *Ce Îl înduplecă în chip deosebit pe Domnul?*

Răspuns: Nimic nu Îl înduplecă pe Domnul așa ca iubirea pentru vrăjmași.

**431. Întrebare:** *Cum recunoaștem că ceea ce se întâmplă este de la Dumnezeu?*

Răspuns: Tot ceea ce vine de la Dumnezeu este plin de pace și folositor și îl duce pe om la osândirea de sine și la smerenie.

**432. Întrebare:** *Cu cine trebuie să avem în mod deosebit legătură și prietenie?*

Răspuns: Să ne alăturăm celor cărora Dumnezeu le-a dat har.

**433. Întrebare:** *Este bine să ne dorim bogății?*

Răspuns: Datorită bogățiilor apar mândria, slava deșartă, lăcomia pântecelui, iubirea de plăceri și tot hazardul.

**434. Întrebare:** *Se cuvine să facem metanii mai presus de puteri?*

Răspuns: Dumnezeu nu cere de la noi ceea ce este peste puterea noastră, de aceea să faceți pe măsura puterilor!

**435. Întrebare:** *Ce trebuie să facă un creștin atunci când se întoarce de pe drum acasă?*

Răspuns: Când se întoarce acasă, creștinul trebuie să se căiască pentru toate greșelile pe care le-a făcut pe drum: fie că a încercat să vadă cu ochii ceva rău, fie că a auzit cu urechile ceva necuviincios, fie că a rostit cu limba ceva de prisos.

**436. Întrebare:** *Cum să privim viața oamenilor care nu merg la biserica lui Dumnezeu?*

Răspuns: Oamenii care ocolesc Biserica lui Dumnezeu sunt străini de Dumnezeu, sunt străini de credință și de virtuți și viața lor este plină de toate patimile.

**437. Întrebare:** *Ce este smerita înțelepciune?*

Răspuns: Este faptul de a cunoaște și a înțelege neputința ta omenească.

**438. Întrebare:** *Putem lucra cu izbândă la mântuirea noastră fără un părinte duhovnic?*

Răspuns: Fără un părinte duhovnic – îndrumător și învățător – omul nu poate păzi, așa cum trebuie, poruncile lui Dumnezeu, nu poate trăi pe deplin în virtuți și nu poate să nu fie prins în cursele diavolești.

**439. Întrebare:** *Va da omul răspuns lui Dumnezeu pentru tăcerea zadarnică?*

Răspuns: Sfântul Ambrozie spune că, dacă vom da răspuns pentru cuvântul deșert, atunci să fim



atenți ca nu cumva să ni se întâmple să dăm răspuns și pentru tăcerea zadarnică.

**440. Întrebare:** *Ce regulă trebuie să avem față de aproapele nostru?*

Răspuns: Prima regulă este să-ți îndeplinești cu fermitate cuvântul dat și să nu-l înșeli pe celălalt în făgăduințele tale.

**441. Întrebare:** *Cât timp se teme creștinul de moarte?*

Răspuns: Creștinul se teme de moarte atât timp cât păcatul este puternic în el.

**442. Întrebare:** *Ce trebuie să citim atunci când mergem la duhovnic la spovedanie?*

Răspuns: Înainte de spovedanie, citiți poruncile lui Dumnezeu împreună cu îndreptările pentru spovedania păcatelor.

**443. Întrebare:** *Ce contribuie la iertarea păcatelor creștinului?*

Răspuns: La iertarea păcatelor noastre contribuie faptele bune, și ispitele, și bolile.

**444. Întrebare:** *Trebuie să uităm virtuțile noastre?*

Răspuns: Să uităm faptele bune – este un lucru bun, iar dacă le ținem minte permanent, prin aceasta îl supărăm pe Domnul.

**445. Întrebare:** *Ce folos ne aduce citirea Evangheliei?*

Răspuns: Ea curățește sufletul.

**446. Întrebare:** *Ce lucru trebuie să fie cel mai important pentru părinți?*

Răspuns: Totul pentru părinți trebuie să fie pe locul doi față de grija pentru creșterea copiilor.

**447. Întrebare:** *Prin ce se iartă în mod deosebit păcatele creștinului?*

Răspuns: Iubirea pentru vrăjmași este cel mai mare preț de răscumpărare pentru păcatele noastre.

**448. Întrebare:** *Care cuget este cumplit pentru diavol?*

Răspuns: Cugetul ocupat cu lucrurile dumnezeiești este cumplit pentru diavol.

**449. Întrebare:** *Ce puteți spune despre dans?*

Răspuns: Unde este dans, acolo este și diavolul.

**450. Întrebare:** *Este bună învățătura despre predestinare?*

Răspuns: Învățătura despre soartă este semănată de diavol. Nu există nici un fel de predestinare.

**451. Întrebare:** *Ce trebuie să îndure omul pentru a dobândi iertarea păcatelor?*

Răspuns: Păcătosul care se căiește, care dorește să se smerească și să se curățească trebuie să primească umilința și să tacă știind că este păcătos și că trebuie să îndure pentru pocăință ca Dumnezeu să îndrepte păcatele lui.



**452. Întrebare:** *Urmarea cărui lucru este deznădejdea?*

Răspuns: În cea mai mare parte, deznădejdea este urmarea vieții întinate continuu.

**453. Întrebare:** *Ce folos duhovnicesc dobândește omul din citirea Vieților Sfinților?*

Răspuns: Citirea vieților plăcuților lui Dumnezeu întărește în noi credința, hrănește nădejdea și înflăcărează dragostea pentru Domnul.

**454. Întrebare:** *Care sunt jertfele aduse lui Dumnezeu?*

Răspuns: Lauda lui Dumnezeu și duhul umilit.

**455. Întrebare:** *Când este postul plăcut lui Dumnezeu?*

Răspuns: Postul este plăcut lui Dumnezeu atunci când, în timpul lui, avem bunăvoință față de oameni.

**456. Întrebare:** *Ce însemnătate au pentru mântuirea noastră umilința și ocara?*

Răspuns: Dacă nu ar fi existat umilința și ocara, nu ar fi existat nici un sfânt. Cine fuge de necazuri, acela fuge de viața veșnică. Pentru ce am primi răsplată dacă nu am fi ocărăți? Pe cei ce ne ocărăsc, trebuie să-i socotim binefăcătorii sufletelor noastre.

**457. Întrebare:** *Se cuvine să ne temem de vrăjmașii lui Dumnezeu?*

Răspuns: Nu trebuie să ne temem de vrăjmașii lui Dumnezeu.

**458. Întrebare:** *Cum este lucrarea Domnului pentru mântuirea noastră?*

Răspuns: Lucrarea Domnului este așa încât ceea ce ne încearcă ne slujește spre folos.

**459. Întrebare:** *Se cuvine ca în timpul bolilor să ne îngrijim de vindecarea lor?*

Răspuns: Da, trebuie să ne îngrijim de vindecarea bolilor. Cine nu voiește ca în timpul bolii să se adreseze medicului și lasă totul în voia lui Dumnezeu, acela îl ispitește pe Dumnezeu.

**460. Întrebare:** *Cui îi este mai ușor să îndure nenorocirile?*

Răspuns: Nenorocirile le îndură ușor cei care învață din dumnezeieștile cărți răbdarea și înțelepciunea.

**461. Întrebare:** *Cine trebuie să se teamă mai mult de mândrie: dreptul sau păcătosul?*

Răspuns: Dreptul trebuie să se teamă de mândrie mai mult decât păcătosul.

**462. Întrebare:** *Care este regula principală de care trebuie să fie călăuzit ascetul?*

Răspuns: Să aibă măsură în toate.

**463. Întrebare:** *Prin ce se exprimă falsa nădejde?*

Răspuns: Falsa nădejde se exprimă prin încrederea prea mare în propria mântuire veșnică.



**464. Întrebare:** Trebuie să ne îngrijim de mântuirea aproapelui sau să ne limităm numai la grija pentru propria mântuire?

Răspuns: Sfântul Ioan Gură de Aur spune că, dacă te vei îngriji numai de propria ta mântuire, cu nimic nu vei fi mai bun decât cel ce a îngropat talantul în pământ.

**465. Întrebare:** Cum să privim atracția față de bani?

Răspuns: Din atracția față de bani ia naștere o mulțime nenumărată de rele.

**466. Întrebare:** Se cuvine să ne întristăm pentru pierderea banilor?

Răspuns: Pentru pierderea banilor nu trebuie să ne întristăm.

**467. Întrebare:** Este virtute mare povățuirea aproapelui?

Răspuns: Cea mai mare virtute constă în a te îngriji de povățuirea aproapelui.

**468. Întrebare:** Ce trebuie să citim acasă dacă nu putem merge la biserică?

Răspuns: În locul UTRENIEI – rugăciunile de dimineață, cei 12 psalmi aleși și ceasul întâi; iar în locul LITURGHIEI – ceasurile al treilea și al șaselea.

**469. Întrebare:** Pentru ce trebuie să ne rugăm Domnului după împărtășirea cu Sfintele Taine?

Răspuns: După împărtășanie, trebuie să-L rugăm pe Dumnezeu să păstrăm Darurile cu vrednicie și Domnul să ne dăruiască ajutor să nu ajungem înapoi, adică să nu ne întoarcem la păcatele dinainte.

**470. Întrebare:** Cum să-l recunoaștem pe cel care este uitat de Domnul Dumnezeu?

Răspuns: Este uitat de Dumnezeu cel ce nu are necazuri și își petrece zilele sale fără durere.

**471. Întrebare:** Cum să învățăm smerenia?

Răspuns: Să citești în cărțile Sfinților Părinți acele locuri în care scrie despre smerenie și să te străduiești să te porți așa cum te învață ei.

**472. Întrebare:** Trebuie să fim prudenți în discuții?

Răspuns: Este obligatoriu să fim prudenți: deși spuse fără gânduri ascunse, unele cuvinte pot fi interpretate greșit.

**473. Întrebare:** Ce este ispita?

Răspuns: Ispită se numește tot ceea ce dă naștere la gânduri despre păcat, înclină și silește spre păcat.

**474. Întrebare:** Cum să privim desfătarea?

Răspuns: Desfătarea este dumnezeul patimilor, orice desfătare slăbește inima și mintea.

**475. Întrebare:** Prin ce se întărește și se desăvârșește virtutea?



Răspuns: Virtutea și puterea sufletului se întăresc și se desăvârșesc prin nenorociri, suferințe și boli. Fiecare încercare îl apropie tot mai mult pe om de Dumnezeu.

**476. Întrebare: În ce constă monahismul?**

Răspuns: Monahismul constă nu în veșminte și în mătănii, ci în smerenie, răbdare, dragoste și celelalte virtuți.

**477. Întrebare: Trebuie să-i iubim pe toți oamenii fără deosebire?**

Răspuns: Trebuie să-i iubim pe toți oamenii de dragul lui Dumnezeu, chiar și pe vrăjmași, dar, desigur, cel mai mult pe părinții duhovnici, pe binefăcători, pe învățători, pe conducători și pe prietenii după duh.

**478. Întrebare: Cum poate fi monahul de folos rudelor lui?**

Răspuns: Prin viața sa, cu sfatul cel bun, cu cuvântul și cu scrieri ziditoare de suflet.

**479. Întrebare: Ce este POSTUL?**

Răspuns: Postul este înfrânarea voită de la orice desfătare. Spun voită, deoarece înfrânarea fără voie – de exemplu: din pricina sărăciei, a bolii ori a slavei deșarte – nu poate fi numită post, căci ea vine din nevoie, nu din buna voință.

**480. Întrebare: Cum să învățăm să răbdăm?**

Răspuns: Când cineva te ocărăște fără să fii vinovat, pomenește înaintea lui Dumnezeu păcatele tale și prin această conștiință smerește-te.

**481. Întrebare: Ce trebuie să facem atunci când conștiința se frământă pentru ceva anume?**

Răspuns: Trebuie să părăsim imediat tot ceea ce tulbură conștiința și, dacă ne osândește cumva, trebuie imediat să o liniștim prin pocăință.

**482. Întrebare: Îl putem lăuda pe om în față?**

Răspuns: Nu trebuie să-l lăudăm pe om în față, deoarece îi putem provoca un mare rău sufletului lui.

**483. Întrebare: Ce înseamnă „a se socoti pe sine mai prejos de toți”?**

Răspuns: Înseamnă a nu lua seama la păcatele altora, ci la ale tale.

**484. Întrebare: Ce este important în momentul morții?**

Răspuns: Trebuie întotdeauna să ne gândim să întâmpinăm moartea aflându-ne în pace cu toți. Mulți nu știu acest lucru și de aceea nici nu dau importanță acestei împăcări.

**485. Întrebare: Cine se ostenește la rugăciune fără folos?**

Răspuns: Cine se ostenește mult la rugăciune, dar îl supără pe aproapele, acela se ostenește fără folos.



486. *Întrebare: Cum trebuie să primim neplăcerile?*

Răspuns: Neplăcerile trebuie să le primim ca pe un leac prețios împotriva slavei deșarte și îngâmării noastre.

487. *Întrebare: În ce duh trebuie să scriem scrisorile?*

Răspuns: Scrisorile trebuie să le scriem în duh de bunăvoință.

488. *Întrebare: Cum să privim relațiile cu oamenii lumești?*

Răspuns: Relațiile care nu contribuie la mântuirea sufletului ne abat de la treburi, ne împrăștie mintea, ne umplu viața de deșertăciune și nu ne lasă să ne concentrăm la noi înșine și la Dumnezeu.

489. *Întrebare: În ce constă adevărata iubire pentru aproapele?*

Răspuns: Adevărata iubire constă în a-i da aproapelui orice lucru de care are nevoie.

490. *Întrebare: Trebuie să mâncăm până la saturație?*

Răspuns: Pântecele sătul trage la somn, la lene și la slăbiciune; de aceea se stârnesc în om gânduri întinate.

491. *Întrebare: Se cuvine să-și dorească moartea cel care nu s-a curățit de păcate prin pocăință și îndreptare?*

Răspuns: Dacă cel ce nu s-a curățit își dorește moartea, procedează fără judecată.

492. *Întrebare: Dacă serviciul se desfășoară împotriva conștiinței și a credinței, cum trebuie să procedăm?*

Răspuns: Dacă serviciul merge direct împotriva conștiinței și a credinței, atunci, desigur, trebuie să pleci la altul.

493. *Întrebare: Are vreo importanță pentru viața veșnică a celui răposat aspectul exterior al înmormântării?*

Răspuns: Să știi că pentru viața veșnică a celui răposat aspectul exterior al înmormântării (coșciugul, coroanele, elogiul, muzica, prohodirea și celelalte) au puțină importanță. Fiecare va fi judecat după faptele sale.

494. *Întrebare: Cum să biruim invidia?*

Răspuns: 1) să te rogi ca Domnul să înmulțească bunurile aproapelui; 2) prin a te bucura împreună cu aproapele; 3) să te rogi pentru tine cu căință: „Față de cele ascunse ale mele, miluiește-mă, Doamne, iar de cele străine, cruță-l pe robul Tău”.

495. *Întrebare: De unde vine răul?*

Răspuns: Răul vine din nepăsare, din trândăvie, din legătura cu oamenii răi și din disprețul față de virtuți.

496. *Întrebare: Trebuie să ne temem de vorbele rele?*



Răspuns: Cei virtuoși nu trebuie să se teamă de vorbele rele.

**497. Întrebare: Este de folos știința fără dragoste?**

Răspuns: Știința fără dragoste nu numai că nu este de folos, dar este chiar dăunătoare.

**498. Întrebare: Trebuie să ne temem de ispite?**

Răspuns: Nu trebuie să ne temem de ispite, deoarece lângă noi este Dumnezeu; din pricina ispitelor nu trebuie să cădem în întristare și deznădejde.

**499. Întrebare: Cum trebuie să ne purtăm față de oamenii mincinoși?**

Răspuns: Pe oamenii mincinoși trebuie să-i evităm.

**500. Întrebare: Ce îl face pe om mucenic?**

Răspuns: Pe om îl face mucenic nu numai moartea, ci și starea sufletească.

**501. Întrebare: Care este momentul prielnic în care trebuie povățuim un frate?**

Răspuns: Povățuiește-l pe frate atunci când se află în bună dispoziție.

**502. Întrebare: De ce uneori sfinții nu împlinesc rugăciunile noastre și nu ne izbăvesc de suferințe și nenorociri?**

Răspuns: Sfinții nu împlinesc rugăciunile noastre, nu ne dăruiesc bunurile pământești cerute

(în rugăciune) și nu ne izbăvesc de nenorociri și de suferințe pentru ca tocmai prin aceste necazuri să mântuiască sufletele noastre.

**503. Întrebare: Care trebuie să fie temelia rugăciunii pentru aproapele?**

Răspuns: Temelia rugăciunii pentru aproapele este compătimirea acestuia.

**504. Întrebare: Cum să privim faptul de a răbda boala cu mulțumire?**

Răspuns: Faptul de a răbda boala cu mulțumire este mai presus de celelalte îndreptări înaintea lui Dumnezeu; prin boli se curățesc păcatele și ne izbăvim de patimi.

**505. Întrebare: Ce trebuie să aibă „pe primul plan” cel ce dorește să se mântuiască?**

Răspuns: Primul lucru – să se depărteze de păcat, iar al doilea – să nu deznădăjduiască cu privire la iertarea păcatelor sale.

**506. Întrebare: Se cuvine să ne oprim asupra gândurilor rele?**

Răspuns: Nu trebuie să ne oprim asupra gândurilor rele care vin în suflet, ci să le înlocuim cu gânduri bune și sfinte.

**507. Întrebare: Cum trebuie să gândim la chinurile din iad?**

Răspuns: Cel mai mic chin din iad este mai greu decât cel mai cumplit chin de pe pământ.



**508. Întrebare:** *Are vreo importanță pentru mântuirea sufletului starea în care îl găsește pe om moartea?*

Răspuns: Mântuirea sufletului depinde mult de ultimele clipe ale vieții. În ce te voi afla, în aceea te voi judeca – se spune în Evanghelie.

**509. Întrebare:** *Trebuie să fim prudenți în întrebări?*

Răspuns: Despre lucruri deșarte întrebi, lucruri deșarte vei și auzi. Iar aceasta ne învață să fim prudenți în întrebări.

**510. Întrebare:** *Ce regulă trebuie să păzim înainte de somn în fiecare zi, toată viața?*

Răspuns: În fiecare zi, înainte de somn, trebuie să ne amintim păcatele săvârșite în timpul zilei și să ne căim pentru ele înaintea Domnului.

**511. Întrebare:** *Cum să procedeze creștinul dacă funcția înaltă îl împiedică să trăiască în Dumnezeu și să-și mântuiască sufletul?*

Răspuns: Dacă funcția înaltă îl împiedică să trăiască în Dumnezeu și să-și mântuiască sufletul, trebuie să o părăsească. Mai bine să fie mai neghiob și mai simplu, dar să se mântuiască. Ce folos vei avea dacă vei dobândi toată lumea, iar sufletul tău îl vei pierde?

**512. Întrebare:** *Se cuvine să acordăm atenție părerilor oamenilor lumești?*

Răspuns: Nu pune preț pe ceea ce spun despre tine oamenii care sunt străini de duhul nostru bisericesc.

**513. Întrebare:** *Cum trebuie să privească creștinul cununia civilă?*

Răspuns: Noi recunoaștem numai cununia religioasă. Actul civil este necesar, însă în plan duhovnicesc este insuficient.

**514. Întrebare:** *Ne putem mântui fără să suferim?*

Răspuns: Destinul tuturor celor ce voiesc să se mântuiască este să sufere. De aceea, dacă suferim, să ne bucurăm, căci așa se dobândește mântuirea noastră.

**515. Întrebare:** *Are putere rugăciunea înaintea lui Dumnezeu dacă este rostită fără bunăvoința inimii?*

Răspuns: Fără bunăvoința inimii, rugăciunea este nulă.

**516. Întrebare:** *Se cuvine să facem oamenilor pe plac călcând voia lui Dumnezeu? De exemplu, să petrecem timpul în zadar, să vorbim în deșert și așa mai departe?*

Răspuns: Cuviosul Serafim de Sarov a spus că din pricina acestei iubiri nesăbuite (a dorinței de a face celorlalți pe plac) mulți au pierit. Trebuie să-i iubim pe toți, dar mai mult pe Dumnezeu. De aceea nu trebuie să îngăduim ceva împotriva conștiinței



din dorința de a face pe plac oamenilor, ci trebuie să le facem acestora pe plac din dorința de a le face bine.

**517. Întrebare:** *Cum trebuie să prețuim timpul, știind că el este mai prețios decât aurul și cu el se cumpără mântuirea noastră?*

Răspuns: Noi ne furăm timpul singuri prin faptul că nu facem nimic, prin vorbirea deșartă, prin curiozitate, prin visarea fără rost și prin mult somn. Închipuiți-vă cât bine am face dacă nu ne-am petrece timpul fără folos. Pentru mântuire putem petrece timpul în rugăciune, meditație dumnezeiască, citirea dumnezeieștilor cărți, cercetarea bisericii lui Dumnezeu, discuții cucernice, săvârșirea faptelor bune și osteneli.

**518. Întrebare:** *Putem dobândi smerenia fără să fim defăimați?*

Răspuns: Cine nu îndură defăimarea, acela nu poate atinge smerenia.

**519. Întrebare:** *Ce urăște satana cel mai mult?*

Răspuns: Să știi că pentru nimic nu se supără atât satana și prin nimic nu este alungat și dezarmat atât ca prin faptul că omul iubește smerenia și defăimarea.

**520. Întrebare:** *Cum apreciază Dumnezeu faptele și ostenelile noastre?*

Răspuns: Dumnezeu apreciază faptele bune și ostenelile creștinilor după măsura smereniei lor.

**521. Întrebare:** *De ce anume trebuie să ne ferim?*

Răspuns: Să te ferești de frații care te laudă și de gândurile care îi defăimează pe oameni.

**522. Întrebare:** *Ce anume face ca faptele bune să fie nefolositoare?*

Răspuns: Lăudăroșenia face faptele bune nefolositoare.

**523. Întrebare:** *Cum aflăm care este fapta bună?*

Răspuns: Fapta bună, plăcută lui Dumnezeu este aceea care: 1) este insuflată de duhul iubirii; 2) este încuviințată de Sfânta Scriptură; 3) este împlinită cu jertfelnicie.

**524. Întrebare:** *Preoții nevrednici ne împiedică să dobândim prin Sfintele Taine harul lui Dumnezeu?*

Răspuns: Preoții nevrednici nu ne împiedică să dobândim prin Sfintele Taine harul lui Dumnezeu.

**525. Întrebare:** *Cum să întrebuițăm întâlnirea cu un om duhovnicesc spre folosul sufletului?*

Răspuns: Folosiți-l ca îndrumător și de fiecare dată când vă aflați împreună cu el, îndreptați-l spre lucrurile dumnezeiești și luați cât mai mult de la el și însușiți-vă sfaturile și învățăturile lui cucernice.

**526. Întrebare:** *Putem încredința tainele noastre preoților fără să-i cercetăm pe aceștia?*

Răspuns: Dacă nu i-ați cercetat pe preoți, nu le încredințați tainele voastre.



**527. Întrebare:** Cum îi putem alege pe preoți?

Răspuns: Să-i cinstești pe toți preoții și să alergi la cei buni. Să-i prețuiești pe păstorii cei înțelepți, buni și pricepuți în viața duhovnicească și să-i ții mai aproape de tine. Orice preot te poate dezlega de păcate, dar numai unul din mulți te poate învăța viața duhovnicească.

**528. Întrebare:** Prin ce Îi putem face pe plac lui Dumnezeu?

Răspuns: Lui Dumnezeu Îi facem pe plac prin: purtarea blândă față de oameni, mângâierea celui supărat, ocrotirea celui asuprit, întoarcerea ochilor de la lucrurile rele, rezistența față de gândurile rele și silirea la rugăciune.

**529. Întrebare:** Ce înseamnă a fi blând?

Răspuns: A fi blând înseamnă a îndura în nerăutatea inimii nedreptățile, batjocurile și celelalte și a ne ruga pentru vrăjmașii noștri.

**530. Întrebare:** Cum trebuie să vorbim despre cei care ne supără și ne dojenesc?

Răspuns: Trebuie să-i vorbim de bine și să-i laudăm.

**531. Întrebare:** Putem ajunge în Împărăția Cerurilor fără să avem vrăjmași?

Răspuns: Fără să aibă vrăjmași, nimeni nu poate ajunge în Împărăția lui Dumnezeu. Trebuie să le mulțumim celor ce ne ocărăsc și ne ponegresc fără să fim vinovați, căci ei sunt binefăcătorii noștri: ei, prin

faptul că ne ponegresc, ne ajută să dobândim cununi de la Domnul.

**532. Întrebare:** Ne putem supăra atunci când ceilalți ne ocărăsc?

Răspuns: Când ceilalți te ocărăsc, nu te supăra, altfel se supără pe tine Duhul lui Dumnezeu, iar aceasta este mare nenorocire. Dacă te-ai supărat pe cineva, să știi că ești mândru, că te iubești pe tine; căiește-te pentru aceasta și muștră-te. Diavoli se tem de această stare - dacă tu te întristezi nu pentru faptul că ai fost ocărat, ci pentru faptul că te-ai supărat.

**533. Întrebare:** Cu ce gând să îndurăm ocara?

Răspuns: Când ești ocărat, amintește-ți cum a fost ocărat Mântuitorul și chinuit chiar până la moarte, și, pironit pe cruce, El a spus: Părinte! Iartă-le lor, căci nu știu ce fac.

**534. Întrebare:** Cum să biruim gândurile mânioase?

Răspuns: Pentru a birui gândurile mânioase trebuie nu numai să iertăm, dar să ne și rugăm pentru cel ce ne-a supărat.

**535. Întrebare:** Cu ce gând trebuie să îndurăm atunci când suntem insultați fără să fim vinovați?

Răspuns: În momentul în care ești insultat fără să fii vinovat, pomenește înaintea Domnului păcatele tale prin care tu Îl superi pe El și prin această



conștiință smerește-te și primește ponegrirea cea pe nedrept ca pe ceva cuvenit.

**536. Întrebare: Ce este nepăsarea?**

Răspuns: Nepăsarea există atunci când omul împlinește lucrurile lui Dumnezeu, însă o face în mod neglijent, fără dragoste și fără râvnă.

**537. Întrebare: În ce constă nevoința?**

Răspuns: Nevoința constă în a fi măsurat în toate.

**538. Întrebare: Ce este postul lăuntric?**

Răspuns: Postul lăuntric este atenția față de tine însuși.

**539. Întrebare: În orice faptă bună există ispite?**

Răspuns: În orice faptă bineplăcută există din pricina lucrării vrăjmașului ispite; cu cât este mai mântuitoare fapta, cu atât mai puternic se repede vrăjmașul asupra omului ca să nimicească fapta cea bună.

**540. Întrebare: Ce înseamnă a te ruga des?**

Răspuns: A te ruga des nu înseamnă a citi întotdeauna psalmi sau rugăciuni scrise. Acest lucru este cu neputință. Căci fiecare creștin trebuie să facă ceva, după chemarea sa; de asemenea trupul ostenit are nevoie de odihna somnului și celelalte. A te ruga des înseamnă ca în orice lucru început să-ți ridici des mintea și inima și suflarea la Dumnezeu și să-I ceri milă, ajutor și ocrotire.

**541. Întrebare: De ce trebuie să ne rugăm neîncetat?**

Răspuns: Pentru că satana ne atacă în orice moment cu slugile sale rele și, de asemenea, trupul întotdeauna are poftă împotriva duhului și nu ne putem împotrivi singuri vrăjmașului. De aceea trebuie să ne înarmăm, să rezistăm și să ne întărim cu rugăciunea. Cu mintea și cu duhul ne putem ruga în orice vreme și în orice loc.

**542. Întrebare: Cum trebuie să petrecem ziua numelui?**

Răspuns: În ziua numelui tău trebuie să mergi la biserică, după ce ai postit să te împărtășești cu Sfintele Taine ale lui Hristos, să dai de pomană pentru sănătatea sau odihna sufletelor rudelor tale, să rogi preoții să facă o panihidă pentru sfântul al cărui nume îl porți. Ziua numelui trebuie să o serbezi chiar dacă este zi lucrătoare și chiar dacă sfântul tău nu face parte din rândul sfinților mari prăznuiți de Biserică. Cea mai bună îndeletnicire în ziua numelui este socotită citirea vieții sfântului respectiv și a celorlalte cărți sfinte, și săvârșirea faptele de bună credință.

**543. Întrebare: Pretutindenii Îi putem face pe plac lui Dumnezeu?**

Răspuns: Da, pretutindenii Îi putem face pe plac lui Dumnezeu dacă păzim poruncile Lui, în principal dragostea pentru toți, smerenia, care constă în a răbda totul din partea tuturor pe drept și pe nedrept,



în a ne socoti până la sfârșitul vieții mai răi și mai păcătoși decât toți oamenii din lume, în a evita să-i facem prea mult pe plac trupului, în a nu căuta mâncăruri gustoase, în a ne odihni cu măsură, în a asculta întotdeauna și în toate conștiința noastră, pe care trebuie să o verificăm la spovedanie înaintea părintelui duhovnic.

**544. Întrebare:** *De ce dau Sfinții Părinți o așa mare importanță vieții trăite sub îndrumarea unui părinte duhovnic?*

Răspuns: Cine trăiește după voia lui, fără un părinte duhovnic, acela trăiește fără roade. Chiar și dacă face bine, totuși conștiința lui în acest caz nu poate fi liniștită (deoarece ea se liniștește prin spovedanie). Fără povățuitor poate exista o continuă șovăială, tulburare, iar dispoziția voinței rămâne la fel.

**545. Întrebare:** *Cum să dobândim frica de Dumnezeu?*

Răspuns: Frica de Dumnezeu se dobândește prin pomenirea morții și prin aflarea în legătură apropiată cu un om care se teme de Dumnezeu.

**546. Întrebare:** *Cum să privim tratamentul medical?*

Răspuns: Ne putem trata, dar așa încât tratamentul să nu fie un prilej de scădere a credinței în Dumnezeu, să nu existe patimă față de tratament.

**547. Întrebare:** *Ce înseamnă a te pregăti pentru spovedanie?*

Răspuns: Înseamnă a-ți cerceta cu sârguință conștiința, a-ți aduce aminte și a resimți în inimă păcatele tale, a te hotărî să le destăinui pe toate fără excepție duhovnicului, a te căi pentru ele și nu numai a te căi, dar a și fugi de ele pe viitor. Dar, pentru că deseori memoria ne trădează, bine fac aceia care își notează pe o hârtie păcatele amintite.

**548. Întrebare:** *Ce este împrăștierea inimii?*

Răspuns: Unii dintre credincioși reușesc să aibă câțiva duhovnici pentru ca unuia să-i spună anumite păcate, iar altuia altele, și există și unii care nu își prețuiesc duhovnicul, ci se străduiesc să-și aleagă cât de mulți duhovnici pot, justificându-se prin faptul că nu găsesc unul bun. Toate acestea sunt rodul împrăștierii launtrice a inimii.

**549. Întrebare:** *Ce este înțelepciunea?*

Răspuns: Înțelepciunea constă în capacitatea de a alege cele mai bune mijloace pentru atingerea celor mai înalte țeluri duhovnicești. Trebuie să deosebim de înțelepciune deșteptăciunea simplă a omului, îndreptată spre dobândirea foloaselor pământești.

**550. Întrebare:** *Cum să privim schimbarea duhovnicilor?*

Răspuns: Regula generală trebuie să fie următoarea: fără un motiv întemeiat nu trebuie să schimbăm duhovnicul. Dar ce anume poate fi numit motiv întemeiat? Schimbarea domiciliului păstorului și comunicarea greoaie cu el, boala incurabilă a păstorului sau altele.



**551. Întrebare:** Poate avea efect asupra noastră blestemul altui om?

Răspuns: Nu te teme de nici un blestem, căci pentru fiecare blestem omul trebuie să-I dea răspuns lui Dumnezeu. Să știi că blestemul rostit asupra ta pe nedrept se întoarce asupra capului acelui om care a îndrăznit să-l rostească. Iar dacă tu de teama blestemelor lucrezi împotriva conștiinței, a datoriei și a dreptății, prin aceasta, desigur, te lepezi de Domnul și îi dai hrană răului, care trebuie să fie curmat cu orice ocazie.

**552. Întrebare:** Cum trebuie să privească creștinul fumatul?

Răspuns: Fumatul îi este insuflat creștinului de duhul răutății de sub cer; prin tutun, vrăjmașul se străduiește să dea afară din noi harul lui Dumnezeu, care sălășluiește în noi, creștinii, prin Sfintele Taine. Fumatul este o faptă rea, care nu e bună de nimic. Creștinul cel bun trebuie să o alunge, să o disprețuiască și să o urască.

**553. Întrebare:** Deseori se întâmplă să auzim că s-a adus pagubă la nuntă sau se spune că cineva a fost deocheat. Este posibil deochiul?

Răspuns: Influența omului asupra altui om există fără îndoială. Deseori spunem: l-a influențat pe celălalt, a avut efect asupra lui... Dacă există influență bună, atunci este posibilă și cea rea, care are diferite grade. Dacă omul este rău, dacă s-a împrietenit cu duhul cel rău, atunci cum să nu-l influențeze pe celălalt în rău? Dar este posibil să ne

temem de deochi? Și, dacă influența cea rea s-a produs deja, atunci cum să ne izbăvim de ea? Trebuie să ne străduim să ne împotrivim puterii celei rele prin propria putere duhovnicească, harică, pe care o are fiecare creștin; creștinul trebuie să se îngrădească întotdeauna cu semnul crucii, cu rugăciunea, cu citirea Cuvântului lui Dumnezeu, cu sfîntenile (aghiasma, prescura, untdelemnul sfințit și celelalte), cu spovedania neîncetată și cu împărtășirea Sfintelor Taine și atunci vrăjmașul nu ne va birui așa ușor.

**554. Întrebare:** Ce este simplitatea inimii?

Răspuns: Cel ce este simplu la inimă simte o stare egală cu a tuturor oamenilor și tocmai din această conștiință iese atitudinea bună, îngăduitoare, blândă, nesfidătoare și pașnică a omului față de ceilalți; tocmai aceasta este simplitatea inimii. Omul simplu la inimă niciodată nu jignește, nimănui nu-i stă în cale, pe nimeni nu osândește și pe nimeni nu invidiază. Cel ce este simplu la inimă este capabil de ostenele mari, de cele mai umiltoare și mai grele; nu este pretențios la mâncare și îmbrăcăminte, nu cere și nu caută vreun confort al vieții. Și este clar de ce. Simplitatea ține inima omului în permanentă mustrare și în conștiința propriei sale nevrednicii. Cel ce este simplu la inimă este compătimitor față de cei sărmani.

**555. Întrebare:** Ce înseamnă a fi nepăsător duhovnicește?



Răspuns: A fi nepăsător duhovnicește înseamnă a te ruga cu lene lui Dumnezeu, a fi neatent față de inima ta, a nu plânge pentru păcatele tale, a nu avea înflăcărare duhovnicească, a nu te opune gândurilor și simțămintelor rele, a nu te îngriji nici de cele exterioare plăcute lui Dumnezeu, într-un cuvânt: a avea așa numita nesimțire duhovnicească, slăbiciune duhovnicească.

**556. Întrebare: Prin ce ne putem asemui Domnului Celui iubitor de oameni?**

Răspuns: Prin faptul de a face servicii, de a face bine copiilor vrăjmașilor, atât ai celor vii cât și ai celor răposați; ai celor vii – pentru ca prin acest mijloc să-i împaci cu tine pe părinții lor; ai celor răposați – pentru a atrage asupra ta marea bunăvoință a Domnului. Acest lucru te va ajuta la înfricoșătoarea judecată chiar dacă ai păcătuit mult, arătând mare milă și iubire față de vrăjmași și asemuindu-te astfel Domnului Celui iubitor de oameni.

**557. Întrebare: Îmi va fi de folos dacă voi începe să plâng și să vărs lacrimi pentru păcatele mele?**

Răspuns: De foarte mare folos îți va fi, omule; de un asemenea folos încât este cu neputință să-l exprimi în cuvinte. La judecata lumească, oricât ai plânge, nu scapi de pedeapsă după sentință. Dar aici, numai dacă începi să te întristezi pentru căderile în păcat, sentința îți este anulată și ți se dăruiește iertarea. De aceea, în biserica lui Dumnezeu să nu

râdem și să nu fim împrăștiați, ci să suspinăm pentru ca, suspinând, să moștenim Împărăția Cerurilor.

**558. Întrebare: Cum să le arătăm sectarilor că a lor credință nu este mântuitoare?**

Răspuns: Pe sectari să-i întrebați unde sunt sfinții, făcătorii de minuni și cuvioșii lor? Nu sunt nicăieri și nici nu pot fi; sectarii nu îi recunosc și prin acest lucru dovedesc că a lor credință nu este sfântă, pentru că nu zămislește sfinți, nu îi sfințește pe oameni; nu este făcătoare de minuni, pentru că nu are făcători de minuni; nu este mântuitoare, pentru că pe nimeni nu l-a făcut cuvios; nu este a lui Hristos, pentru că nu este întemeiată pe crucea lui Hristos. Toate aceste credințe sectare au apărut din împotrivirea față de Biserica lui Hristos, din mândria minții: oamenii, în rătăcirea lor, își închipuie că ei înțeleg și explică Evanghelia lui Hristos mai bine și mai corect decât însăși Biserica lui Hristos.

**559. Întrebare: Întotdeauna îi putem spune aproapelui gândul nostru?**

Răspuns: Dacă gândul vostru este spre slava lui Dumnezeu, spuneți-l – să-L slăvească și ceilalți pe Dumnezeu. Dacă el este spre folosul sau spre mângâierea aproapelui, spuneți-l – să-i fie acestuia spre folos și mângâiere. Dar dacă ați primit un gând necuviincios și potrivnic aproapelui, faceți pocăință pentru el înaintea lui Dumnezeu și cu ajutorul Lui îl veți alunga din inima voastră.



**560. Întrebare:** *Împotriva cărui om sunt neputincioase duhurile rele atunci când ispitesc?*

Răspuns: Duhurile rele nu încetează nici o clipă să-l tulbure pe om. Însă ele sunt neputincioase înaintea omului care are smerenie și se căiește pentru păcatele sale.

**561. Întrebare:** *Cum să ne izbăvim de păcatul care ne luptă?*

Răspuns: În fiecare zi, dimineața și seara, roagă-L pe Mântuitorul, pe Maica Domnului și pe toți sfinții să te izbăvească de păcatul care te luptă și căiește-te neîncetat pentru faptul că se află în tine; istovește-ți trupul cu post, dobândește smerenie și răbdare, discută mai des cu oamenii care au viață duhovnicească și împlinește întocmai sfaturile lor. Și Dumnezeu te va ajuta și vei izbuti să atingi ceea ce îți dorești.

**562. Întrebare:** *Cum să dobândim lacrimi pentru păcate?*

Răspuns: Cere de la Dumnezeu lacrimi. Lacrimile unesc sufletul cu Dumnezeu, despărțit de El prin păcat; lacrimile liniștesc duhul tulburat de muștrările de conștiință.

**563. Întrebare:** *Cum să ne apropiem de Dumnezeu și să ne întărim în meditația dumnezeiască?*

Răspuns: Dacă voiești să te apropii de Dumnezeu, nu te afla în societatea oamenilor care sunt iubitori de păcat, iar ca să te întărești în

meditația dumnezeiască, să te afli mai des în singurătate.

**564. Întrebare:** *Cum să reducem puterea păcatului?*

Răspuns: Puterea păcatului o reducem prin căința deasă cu inima zdrobită înaintea părintelui duhovnic; în timpul pocăinței și al spovedaniei, duhurile rele sunt lovite de puterea cerească.

**565. Întrebare:** *Ce influență au gândurile bune și cele rele asupra patimii în om?*

Răspuns: Patima care se află în om este însuflețită de gândurile potrivnice lui Dumnezeu și îl tiranizează pe acesta: datorită gândurilor dumnezeiești, ea, dimpotrivă, este copleșită și se potolește; de aceea tot timpul trebuie să ne gândim la lucrurile cele plăcute lui Dumnezeu.

**566. Întrebare:** *Duhul rău îl influențează pe om în vis?*

Răspuns: Da, duhul rău îl influențează pe om și în vis: acest lucru trebuie să-l spunem fără întârziere părintelui duhovnic.

**567. Întrebare:** *Care sunt denumirile celui ce iubește banii și slava omenească și a celui ce este iubitor de patimi trupești?*

Răspuns: Creștinul care iubește banii este închinător la idoli, cel care iubește slava omenească este ostașul diavolului, iar cel ce este devotat patimilor trupești este robul păcatului și al diavolului.



**568. Întrebare: Putem crede că un om este plăcut lui Dumnezeu pentru că face minuni?**

Răspuns: Dacă cineva învie și morții și face și alte minuni, dar nu trăiește după învățăturile Sfinților Părinți, se află în înșelăciune și trebuie să-l respingi, să nu iei seama la faptele lui.

**569. Întrebare: Putem vorbi atunci când suntem tulburați (adică atunci când nu suntem liniștiți)?**

Răspuns: Nimic să nu spui atunci când ești tulburat, deoarece răul nu dă naștere la bine.

**570. Întrebare: Care dintre calități sunt socotite de stareți principale pentru mântuirea sufletului?**

Răspuns: Mai întâi de toate SMERENIA, RĂBDAREA, RUGĂCIUNEA, iar ca îndatoriri fundamentale ale fiilor duhovnicești față de starețul lor sunt: mărturisirea gândurilor și DEPLINA ASCULTARE. Mărturisirea gândurilor înaintea starețului trebuie să fie neconstrânsă, deplină, curată și sinceră. Descoperirea lor lovește extrem de puternic duhul mândriei și îi dăruiește omului nespusă pace sufletească... Ascultarea trebuie să fie întru totul de bunăvoie, deplină, necondiționată și obligatorie; nu trebuie să-l contrazicem cu nimic pe stareț. Puterea ascultării este atât de mare încât îl ridică foarte repede pe ucenic pe treapta sporirii duhovnicești. Sfânta ascultare îl răsplătește pe ucenic cu adevărata fericire, cu adâncă pace sufletească. Ea îi dăruiește omului virtutea creștină fundamentală – smerenia. Diavolul îl atacă deosebit de furios pe

ucenic și stârnește în sufletul lui sentimentul nemulțumirii față de stareț. El se străduiește să-i arate defectele și viciile reale sau false ale starețului cu scopul de a-l înjosi pe acesta în ochii ucenicului.

**571. Întrebare: Putem scurta pravila noastră de rugăciune de acasă?**

Răspuns: Putem, dar numai la nevoie. După părerea Sfântului Teofan Zăvorâtul, numai oamenilor întăriți duhovnicește le este îngăduită rareori scurtarea pravilei de rugăciune, nu oricui voiește să se descotorosească mai repede de rugăciune.

**572. Întrebare: Când au loc bucuria duhului și mângâierea în necaz?**

Răspuns: Bucuria duhului are loc datorită biruinței asupra patimii și datorită săvârșirii nevoinei înfrânării; mângâierea în necaz – după rugăciune plină de râvnă. Toate acestea sunt experiențe duhovnicești.

**573. Întrebare: Ce este smerita înțelepciune?**

Răspuns: Smerita înțelepciune este părerea modestă despre sine potrivit căreia creștinul își observă defectele și păcatele sale mai des decât își vede virtuțile și desăvârșirile. Pe primele se străduiește cu ajutorul lui Dumnezeu să le îndrepte, iar cu ultimele nu se mândrește, chibzuind că nimic bun nu poate face fără harul lui Dumnezeu.

**574. Întrebare: Ce este iubirea de conducere?**



Răspuns: Iubirea de conducere este dorința neînfrânată de stăpânire asupra oamenilor, pe care oamenii o caută fără să aibă aptitudini suficiente, fără intenția de a aduce folos, ci numai cu un scop nesăbuit – acela de a-și satisface mândria, slava deșartă și iubirea de câștig.

**575. Întrebare: Ce este tristețea?**

Răspuns: Tristețea este mâhnirea peste măsură pentru pierderile și nereușitele vieții, mâhnirea până la deznădejde cu privire la mila lui Dumnezeu. O asemenea mâhnire nu le este deloc potrivită ortodocșilor – de ce să se întristeze pentru pierderile și nereușitele lumești, ale vieții, când ei știu că totul li se întâmplă după voia Atotbunului Dumnezeu? De ce să deznădăjduiască cu privire la mila lui Dumnezeu când știu că bun și milostiv este Domnul, îndelung-răbdător și mult-milostiv? Creștinii trebuie să aibă o singură mâhnire – mâhnirea pentru Dumnezeu, adică pentru faptul că nu slujesc întocmai lui Dumnezeu, că nu împlinesc în chip desăvârșit voia Lui. O asemenea mâhnire este foarte mântuitoare.

**576. Întrebare: Ce este trândăvia?**

Răspuns: Trândăvia este deprinderea dăunătoare cu lipsa de activitate, lenea în săvârșirea faptelor bune, nepăsarea față de mântuire.

**577. Întrebare: Care trebuie să fie măsura cea mai bună în întrebuințarea hranei și a băuturii?**

Răspuns: Cea mai bună măsură în întrebuințarea hranei și a băuturii este necesarul trupului.

**578. Întrebare: Îl putem numi pe om fericit în timpul vieții lui?**

Răspuns: Înainte de moarte pe nimeni să nu numești fericit, deoarece neamul omenesc este neputincios și foarte ușor cade din starea cea dreaptă în fărădelege.

**579. Întrebare: Va cădea omul sub osândire dacă a dorit răul?**

Răspuns: Așa cum cel ce se uită la femeie, poftind-o, a și săvârșit adulter cu ea în inima lui (cf. Mt. 5, 28), așa și cel ce dorește un rău l-a săvârșit deja.

**580. Întrebare: Cum să trăim cucernic?**

Răspuns: Principalul mijloc pentru a trăi cucernic și sfânt constă în frică de Dumnezeu și frica de judecata viitoare și de chinurile veșnice; numai datorită acestei frici, cu ajutorul lui Dumnezeu are loc păzirea poruncilor: fericit bărbatul care se teme de Domnul, căci în poruncile Lui va voi foarte... De asemenea, să nu ne lenevim să ne căim, să ne smerim, să răbdăm necazurile și bolile trimise, ascultând cu atenție cuvântul evanghelic al Domnului: în răbdarea voastră veți dobândi sufletele voastre.

**581. Întrebare: Care dintre păcate sunt numite păcate de moarte?**



Răspuns: De obicei prin păcate de moarte se înțeleg păcatele mari: mândria, desfrâul, invidia, avariția, lăcomia pântecelui, pomenirea răului și tristețea. Păcatul de moarte îl lipsește pe om de harul lui Dumnezeu și ucide sufletul. Dar așa este orice păcat, chiar dacă este săvârșit în măsură foarte mică. Sfântul Apostol Iacov spune: păcatul săvârșit naște moartea. Ceea ce înseamnă: păcat de moarte este orice păcat necurățit, mai ales când el se repetă des.

**582. Întrebare: Cum să ne păzim privirea în biserică?**

Răspuns: Când te rogi, să te uiți la icoane sau puțin în jos, fără să-i examinezi pe cei ce se roagă și ascultând cu atenție numai ceea ce se săvârșește în biserică. Unii dintre călugării cucernici se roagă cu ochii închiși, deschizându-i numai atunci când îi năpădește somnul.

**583. Întrebare: Cum să ne mântuim?**

Răspuns: Aceasta este întrebarea cea mai importantă și esențială, iar pentru a răspunde la ea ne vom adresa părinților de la Athos.

La întrebarea „cum să ne mântuim”, un părinte a răspuns: „Aveți învățătura lui Hristos și a Sfinților Părinți, împliniți-o cu fapta și vă veți mântui. Pentru mântuire, înainte de toate, trebuie pocăință sinceră și împlinirea poruncilor. Trebuie să căutăm, să batem, să plângem și harul va veni”.

Ieroschimonahul C. a spus: „Cele mai importante lucruri pentru mântuire sunt: înfrânarea,

atenția față de sine și tăcerea. Cele mai rele sunt: deșertăciunea, împrăștierea și discuțiile”.

Ieroschimonahul T. a spus: „Fără exemplu în viață și fără citirea cărților ascetice nu putem cunoaște viața duhovnicească. Minte noastră nu stă degeaba: ori se ocupă cu meditația dumnezeiască, ori cu gândirea la rău. Păzește-le pe acestea trei: privirea, auzul și limba și, după posibilitate, pântecelul și îți vei vedea păcatele tale, Îl vei cunoaște pe Dumnezeu, te vei învăța cu pomenirea morții, căci fără acestea toate sunt în zadar. Năzuința de a fi proslăvit pe pământ și faptul de a face pe plac oamenilor răpesc tot binele. Calea mântuirii este calea crucii, nu a vieții cu privilegii”.

Pustnicul M. a spus: „Pentru mântuire trebuie să dobândim curăția și să evităm prietenia prea mare cu oricine”.

Pustnicul V. a spus: „Iubirea de sine și plăcerea trupului sunt vrăjmașii mântuirii noastre: ei ne îndepărtează de Dumnezeu”.

Pustnicul S. a spus: „Pentru mântuire sunt necesare atenția împreună cu rugăciunea, blândețea și răbdarea. Datorită înțelepciunii putem trage folos și din ispite”.

**584. Întrebare: Pentru cei ce merg la biserică lui Dumnezeu, atât pentru cei ce vin de departe, cât și pentru cei ce locuiesc aproape, și de aceea parcurg o distanță mică, răsplata va fi aceeași?**



Răspuns: Un stareț locuia în pustie, la o distanță de doi kilometri de apă. Odată, mergând să scoată apă, a căzut în întristare și a spus: care este folosul acestei osteneli? Voi merge să mă sălășluiesc mai aproape de apă. Spunând acest lucru, s-a întors și a văzut pe cineva care mergea în urma lui și îi număra pașii. Starețul l-a întrebat: cine ești? Eu sunt Îngerul Domnului – a răspuns acela – și sunt trimis să număr pașii tăi și să-ți dau răsplată. Auzind aceasta, starețul s-a însuflețit și s-a îmbărbătat și și-a mutat chilia și mai departe – la 5 kilometri de apă...

**585. Întrebare: Ce înseamnă a întrebuința hrana după poftă și ce înseamnă a o întrebuința după cerința firii?**

Răspuns: După poftă înseamnă a voi să o întrebuințezi nu pentru necesitatea trupului, ci pentru plăcerea pântecelui. A iubi o anumită mâncare și, mai ales, a o dori cu poftă este un moft și slujește lăcomiei pântecelui. Cine dorește să afle dacă este stăpânit de patima lăcomiei pântecelui, iată cum poate afla: dacă gândul la mâncare stăpânește cugetul său (astfel încât nu i se poate împotrivi), are lăcomia pântecelui. Dacă nu este stăpânit de acest gând și întrebuințează în mod liber orice fel de hrană, pe măsura cerinței trupului, nu are lăcomia pântecelui. Un alt semn al lăcomiei pântecelui este dorința de a mânca înainte de vreme, ceea ce niciodată nu trebuie să facă, în afară de cazul în care există un motiv întemeiat.

**586. Întrebare: Dacă patima lăcomiei pântecelui nu mă ia în stăpânire mai înainte, ci apare chiar în timpul când mănânc, ce să fac atunci: să las mâncarea sau nu?**

Răspuns: Când mănânci împreună cu altcineva, nu o lăsa, ci, chemând în ajutor numele lui Dumnezeu, alungă pofta și mănâncă puțin, aducându-ți aminte că mâncarea se transformă imediat în duhoare. Iar când ești singur și înfometat, mănâncă pâine și altă mâncare față de care nu simți patimă.

**587. Întrebare: În ce constă smerenia?**

Răspuns: Smerenia constă în a avea în inimă conștiința propriei păcătoșenii, a ne muștra înlăuntru și cu căință, din adâncul sufletului, a striga: „Dumnezeule, milostiv fii mie, păcătosului!”, iar dacă noi, smerindu-ne în cuvinte, credem că avem smerenie, aceasta nu este smerenie, ci numai o mândrie duhovnicească fină.

**588. Întrebare: Milostenia fără îndreptarea inimii este mântuitoare?**

Răspuns: Milostenia este bună și mântuitoare atunci când este unită cu îndreptarea inimii față de mândrie, răutate, invidie, trândăvie, lene, lăcomia pântecelui, desfrâu, minciună, vicleșug și celelalte păcate. Iar dacă omul nu se îngrijește de îndreptarea inimii sale și nădăjduiește în milostenia sa, puțin folos dobândește din ea, căci ceea ce cu o mână zidește, cu cealaltă năruiește.



**589. Întrebare:** Prin ce anume dobândim mila lui Dumnezeu către noi?

Răspuns: Pentru a dobândi mila lui Dumnezeu, trebuie să-i miluim prin toate mijloacele pe ceilalți.

**590. Întrebare:** Prin ce se dezvăluie în chip deosebit în om iubirea de sine și mândria?

Răspuns: Iubirea de sine și mândria se dezvăluie mai ales prin nerăbdare și arțag atunci când cineva dintre noi nu îndură nici cea mai mică neplăcere pricinuită de ceilalți intenționat sau chiar fără intenție.

**591. Întrebare:** Când devenim înfricoșători pentru demoni?

Răspuns: Devenim înfricoșători pentru demoni atunci când înarmăm limba noastră cu discuții despre lucrurile duhovnicești. Căci cine ascultă sau citește cuvântul lui Dumnezeu și iubește asemenea discuții, acela îi aduce sufletului mari și mântuitoare bunuri. Având această grijă, îi putem face pe plac lui Dumnezeu și gurile noastre, când se îndeletnicesc cu discuții duhovnicești, nu se întinează cu reproșuri, osândiri, vorbe rușinoase și batjocuri.

**592. Întrebare:** Când Se pleacă în mod deosebit Domnul spre milă?

Răspuns: Domnul Se pleacă în mod deosebit spre milă în timpul rugăciunilor de noapte, când timpul rezervat odihnei îl petreci în plâns. Adu-ți aminte de Împăratul David care spune despre sine: ostenit-am întru suspinul meu, spăla-voi în fiecare

noapte patul meu, cu lacrimile mele așternutul meu voi uda (Ps. 6, 7).

**593. Întrebare:** Când se retrag patimile din suflet și se orânduiește sălașul Sfântului Duh?

Răspuns: Datorită pomenirii neîncetate a Domnului se retrag din suflet patimile cele ticăloase ca tâlharii în apropierea comandantului de oști și în același timp I se orânduiește Sfântului Duh sălaș curat. Însă acolo unde nu există pomenirea despre Dumnezeu, domnesc întunericul și duhoarea, acolo se săvârșește orice faptă netrebnică.

**594. Întrebare:** Când mă rog împreună cu alte persoane, pot arăta în exterior mișcarea lăuntrică a sufletului?

Răspuns: Dacă ne rugăm împreună cu alte persoane, este de ajuns pentru noi să arătăm doar cu mintea și cu inima înaintea lui Dumnezeu mișcarea lăuntrică a sufletului, să nu abordăm o față tristă, plângăreață și să nu facem cu trupul nici un semn care să arate ce avem în suflet, pentru ca unii dintre ceilalți să nu înceapă să ne cinstească, iar alții chiar să râdă de noi – prin aceasta ne supunem ispitei, tulburării de sine și îndârjirii față de ceilalți. Însă, când suntem singuri și nu ne văd ceilalți (care pot râde de noi), putem avea și un chip rugător și o voce tristă și putem vărsa și lacrimi, putem întinde mâinile în sus și putem face metanii până la pământ.

**595. Întrebare:** Pot purta îmbrăcăminte care mă duce spre slava deșartă?



Răspuns: Nu îmbrăca haine care te duc spre slava deșartă.

596. *Întrebare: Va avea omul răsplată de la Dumnezeu dacă va îndura ocară?*

Răspuns: Dacă vei îndura ocară, să te bucuri, căci, dacă ea va fi pe nedrept, mare va fi răsplata ta, iar dacă va fi pe drept, te vei izbăvi de pedeapsă (Sfântul Nil Sinaitul).

597. *Întrebare: Cum să dobândim smerenia?*

Răspuns: Dacă vei spune întotdeauna „iartă-mă”, vei dobândi smerenia.

598. *Întrebare: Tăcerea este ziditoare de suflet?*

Răspuns: Oare nu cunoașteți roadele tăcerii, care ne păzește de orice rău? În cel ce păstrează tăcerea, sălășluiește Duhul lui Dumnezeu.

599. *Întrebare: Ce gânduri se cuvine să avem la o masă îmbelșugată?*

Răspuns: La o masă îmbelșugată să-ți aduci aminte de moarte și de patimile Mântuitorului și să spui în sinea ta: „Ai primit cele bune în viața ta”.

600. *Întrebare: Prin ce anume intră în noi patima osândirii?*

Răspuns: Ușa prin care intră în noi patima osândirii sunt discuțiile deșarte.

601. *Întrebare: În ce constă musturarea de sine?*

Răspuns: Musturarea de sine constă în a-ți mostra întotdeauna sufletul, zicându-i: „Adu-ți

aminte că va trebui să stai înaintea lui Dumnezeu”. Dacă omul își va menține musturarea de sine, va dobândi frica de Dumnezeu.

602. *Întrebare: În ce constă mântuirea?*

Răspuns: Mântuirea constă în mult sfat, adică este bine să cerem sfatul oamenilor pricepuți în cele duhovnicești.

603. *Întrebare: Cum să ne purtăm cu oamenii care nu se tem de Dumnezeu?*

Răspuns: Trebuie să fugim de acei oameni care nu se tem și nu Îl cinstesc pe Dumnezeu!

604. *Întrebare: Cum trebuie să discutăm?*

Răspuns: Când discuți, să ai chip vesel pentru ca și cel ce discută cu tine să fie vesel, iar înlăuntrul tău să ai cuget curat.

605. *Întrebare: Cum trebuie să le facem oamenilor pe plac?*

Răspuns: Să le faci oamenilor pe plac fără să ascunzi adevărul și fără să-L mânii pe Dumnezeu.

606. *Întrebare: Ce importanță are în viața duhovnicească împărtășirea deasă cu Sfintele lui Hristos Taine?*

Răspuns: Este cu neputință pentru oricine să atingă desăvârșirea în viața duhovnicească fără împărtășirea deasă cu Sfintele lui Hristos Taine.

607. *Întrebare: Cum să dobândim plânsul pentru păcate?*



Răspuns: Omul dobândește plânsul prin osteneală, prin învățarea temeinică a Scripturii, a răbdării, a cugetării la Înfricoșătoarea Judecată și la rușinea veșnică și, de asemenea, prin tăierea voii proprii.

**608. Întrebare: Ce este principal pe calea mântuirii?**

Răspuns: Principal pe calea mântuirii este a ne muștra pe sine în toate.

**609. Întrebare: Cum să biruim răul și păcatul?**

Răspuns: Mare lucru este să nu lăsăm în sufletul nostru loc pentru nici un rău, nici măcar o clipă, ci să biruim răul cu binele și fiecare păcat cu pocăința și cu rugăciunea.

**610. Întrebare: Ce este trezvia?**

Răspuns: Încordarea pentru concentrarea sinelui este nevoia trezviei, cea mai importantă și esențială în viața duhovnicească.

**611. Întrebare: Ce să fac dacă am dormit prea mult și nu am mai avut timp pentru pravila de dimineață, ci m-am grăbit să ajung la muncă sau la începutul slujbei în biserică?**

Răspuns: Dacă se întâmplă să dormiți prea mult și nu izbutiți să citiți pravila de dimineață, puteți face astfel: începeți să o citiți acasă și o terminați pe drum.

**612. Întrebare: Ce gând trebuie să avem în timpul săvârșirii rugăciunii lui Iisus?**

Răspuns: În timpul săvârșirii rugăciunii lui Iisus este bine să avem convingerea că datorită păcătoșeniei noastre nu suntem vrednici să rostim dulcele Nume al Mântuitorului. Pentru această smerită înțelepciune, Dumnezeu ne dăruiește zdrobire de inimă.

**613. Întrebare: Pentru ce anume trebuie să ne rugăm?**

Răspuns: Să te rogi, în primul rând, pentru a te curăți de patimi, în al doilea rând, pentru a te izbăvi de neștiință și de uitare și în al treilea rând, pentru a fi izbăvit de orice ispită și părăsire.

**614. Întrebare: Dacă mintea este împrăștiată la rugăciune, ce trebuie să facem?**

Răspuns: În momentul în care mintea ta este împrăștiată, să te ocupi cu citirea celor dumnezeiești mai mult decât cu rugăciunea.

**615. Întrebare: Cum este mai bine să păzim poruncile lui Dumnezeu?**

Răspuns: Sfinții Părinți ne-au lăsat învățătura despre rugăciunea minții și a inimii; cu ea să se ocupe mintea; și nu văd altă cale care ne-ar putea oferi o posibilitate mai bună de a păzi toate poruncile lui Dumnezeu.

**616. Întrebare: Cum să-i privim pe oamenii care au dorința de a pătimi pentru Hristos?**

Răspuns: Da, se întâlnește uneori în rândul oamenilor dorința de a suferi pentru Hristos, dar,



dacă nu are har în trup, omul nu poate îndura chinurile. De aceea nu trebuie să îndrăznească la o asemenea nevoință, dar, dacă Domnul îl cheamă, atunci trebuie să-I ceară Lui ajutorul și El îl va ajuta. Calea creștinului, în general, este mucenicia.

**617. Întrebare:** *Cu ce trebuie să se ocupe păstorii și monahii?*

Răspuns: Pe Duhul Sfânt L-a dat Domnul Apostolilor și Sfinților noștri Părinți și păstori ai Bisericii... În aceasta constă slujirea față de lumea noastră și de aceea nici păstorii Bisericii, nici monahii nu trebuie să se ocupe cu treburi lumești, ci să o urmeze pe Maica lui Dumnezeu, care în Templu, în „Sfânta Sfintelor”, ziua și noaptea învăța legea Domnului și se ruga pentru popor. Sfântul Varsanufie cel Mare mărturisește că în vremea lui rugăciunea a trei oameni a păzit lumea de dezastru.

**618. Întrebare:** *Îi putem iubi pe vrăjmași fără ajutorul harului?*

Răspuns: Nu-i putem iubi pe vrăjmași fără ajutorul harului; dacă oamenii, înțelegând că acest lucru întrece puterile lor firești, ar căuta ajutorul haric de la Dumnezeu, atunci, fără îndoială, ar dobândi acest dar.

**619. Întrebare:** *Cum trebuie să-l muștrăm pe frate astfel încât să nu ne pierdem pacea lăuntrică?*

Răspuns: Pe frate trebuie să-l muștrăm cu blândețe, cu dragoste. Pacea se pierde dacă sufletul cade în slavă deșartă, dacă se preamărește prin ceva

înaintea fratelui sau osândește pe cineva sau îl muștră pe frate, dar nu cu blândețe și cu dragoste; dacă cineva mănâncă mult sau se roagă cu nepăsare – pentru toate acestea pierde pacea.

**620. Întrebare:** *Cum să ne deprindem să ne rugăm pentru cei ce ne necăjesc?*

Răspuns: Când ne necăjește cineva, trebuie să ne rugăm pentru el lui Dumnezeu ca pentru noi înșine; și astfel, lucrul acesta se va transforma în obicei. Noi suntem neputincioși, însă Domnul ne ajută.

**621. Întrebare:** *De ce se întâmplă ca în timpul nevoițelor să nu existe pace sufletească și sufletul să fie abătut?*

Răspuns: Unii oameni au îmbătrânit în nevoițe, dar smerenia nu au învățat-o și nu pot înțelege de ce nu le este bine, de ce nu au pace și de ce le este sufletul abătut.

**622. Întrebare:** *Se întâmplă să ne vină dorința de a ne ruga pentru cineva. Ce înseamnă acest lucru?*

Răspuns: Când îți vine dorința de a te ruga pentru cineva, înseamnă că Însuși Domnul voiește să miluiască acel suflet și ascultă cu milostivire rugăciunile tale.

**623. Întrebare:** *În ce constă principalul semn al înșelăciunii?*

Răspuns: Principalul semn al înșelăciunii constă în faptul că omul ia senzațiile false de bucurie sau



mângâierile vrăjmașului drept lucrări ale harului sau ia sfatul mincinos ca fiind adevărat.

**624. Întrebare:** *De ce mă neliniștesc în mod deosebit gândurile?*

Răspuns: Faptul că omul este neliniștit în mod deosebit de gânduri împotriva voii lui este semn că față de el există mila lui Dumnezeu. Duhurile necurate îl invidiază pe un asemenea om și se străduiesc să-l tulbure. Aceste gânduri nu trebuie să le analizăm și nu trebuie să le acordăm atenție deosebită.

**625. Întrebare:** *Ce este un idol?*

Răspuns: Idoli sunt numite lucrurile pământești și chipurile lor, care atrag la ele cugetul și inima. Acești idoli se prăbușesc atunci când este rostit în templul sufletesc atotputernicul și mântuitorul nume al lui Iisus.

**626. Întrebare:** *Când ne atacă în chip deosebit vrăjmașul cel nevăzut?*

Răspuns: După împărtășirea cu Sfintele Taine, după rugăciunea săvârșită cu râvnă, după o faptă deosebit de folositoare sufletului trebuie să ne supraveghem în chip deosebit pe noi înșine, căci atunci mai ales se aprinde de invidie și răutate vrăjmașul împotriva noastră.

**627. Întrebare:** *Pe cine nu lovește moartea năprasnică?*

Răspuns: După cum ne încredințează Sfinții Părinți, moartea năprasnică nu îi lovește pe oamenii care doresc să se curățească prin pocăință chiar dacă din când în când sunt și biruiți de neputințele lor.

**628. Întrebare:** *De ce ni se interzice să cercetăm de la cine a venit ispita?*

Răspuns: Referitor la ispita care a venit, nu cerceta cum și de la cine a venit, ci caută să o înduri cu mulțumire. Cercetarea nu face decât să tulbure sufletul și să ajute să se sălășluiască în el semințele urii și ale pomenirii răului față de aproapele, iar mulțumirea față de Dumnezeu pentru ispita trimisă duce sufletul la adăpostul credinței, îl împacă cu aproapele și este motiv de bucurie duhovnicească.

**629. Întrebare:** *Mulți credincioși se află în prezent în înșelăciune?*

Răspuns: Trebuie să ne căim, să ne rugăm și să ne ferim de înșelăciune, deoarece în prezent o mare parte din cei ce doresc să trăiască și cred despre sine că trăiesc cucernic sunt încălziți de febra materială și se află într-o autoînșelare mai mare sau mai mică.

**630. Întrebare:** *Cum să recunoaștem faptul că virtutea este respinsă de Dumnezeu?*

Răspuns: Toate faptele care sunt săvârșite pentru Dumnezeu sunt însoțite de necazuri. Sfinții Părinți socotesc că virtutea care nu este însoțită de necazuri este respinsă de Dumnezeu.



**631. Întrebare:** *De ce au devenit cunoscuții mei reci față de mine după ce am pornit pe calea mântuirii?*

Răspuns: Nu te întrista pentru faptul că unii dintre colegii tăi sunt reci față de tine. Sfântul Tihon de Zadonsk a scris din experiența sa că, atunci când omul se dedică lui Dumnezeu, cunoscuții și apropiații lui se depărtează de el și, cu cât mai mult se apropie el de Dumnezeu, cu atât mai mult se îndepărtează ei.

**632. Întrebare:** *Pot diavolii și oamenii să facă ce vor?*

Răspuns: Nici diavolii, nici oamenii nu pot face ceea ce Dumnezeu nu îngăduie.

**633. Întrebare:** *Care sunt semnele desăvârșirii?*

Răspuns: Atunci când se va șterge din tine pomenirea răului, vei fi aproape de iubire. Când inima ta va fi umbrită de o pace sfântă, harică, față de toată omenirea, atunci vei fi chiar la porțile iubirii.

**634. Întrebare:** *Ce anume îl dă în vileag pe om și îl duce la pieire?*

Răspuns: Nimic nu Îl mânie atât pe Dumnezeu, nimic nu îl dă în vileag pe om și nu îl duce la pieire așa precum vorbirea de rău, osândirea și muștrarea făcută aproapelui.

**635. Întrebare:** *Ce cale duce la desăvârșire?*

Răspuns: Calea spre desăvârșire este citirea cu luare aminte a cărților Sfinților Părinți și stareți.

**636. Întrebare:** *Ce cărți sfinte urăște în mod deosebit diavolul?*

Răspuns: Diavolul urăște îndeosebi cărțile Sfinților Părinți, căci ele descoperă toate cursele și vicleniile lui.

**637. Întrebare:** *Cu ce se cuvine să înceapă discuția robii lui Dumnezeu?*

Răspuns: Robii lui Dumnezeu se cuvine să înceapă discuția vorbind despre Dumnezeu.

**638. Întrebare:** *Când văd un bolnav, se cuvine să cercetez pricina bolii lui?*

Răspuns: Când vedem un bolnav, să nu explicăm cu răutate pricina bolii lui, ci să ne străduim să-l alinăm.

**639. Întrebare:** *De ce vin visele rele?*

Răspuns: Visele rele vin datorită păcatelor pentru care nu am făcut pocăință, datorită osândirii și datorită îmbuibării.

**640. Întrebare:** *Trebuie să notăm păcatele mici pentru a ne pocăi la spovedanie?*

Răspuns: Trebuie neapărat SĂ NOTĂM fiecare păcat, cât de mic, așa cum ni-l amintim, iar apoi să facem pocăință.

**641. Întrebare:** *Cum trebuie să mergem la biserică?*

Răspuns: Când mergi la biserică, să rostești „Născătoare de Dumnezeu, Fecioară, bucură-te”, să



nu te uiți într-o parte sau în alta și să nu discuți cu nimeni.

**642. Întrebare:** *Este folositor sufletului să nu ies din casa mea?*

Răspuns: Dacă creștinul va sta la el acasă, atunci va izbândi în viața duhovnicească și în rugăciune, iar dacă va merge prin alte case, își va pierde pacea sufletească și nu va fi bun de nimic.

**643. Întrebare:** *Ce gând trebuie să avem despre fiecare om?*

Răspuns: Trebuie să avem întotdeauna în suflet: „Fiecare om este mai bun decât mine”.

**644. Întrebare:** *Cum trebuie să săvârșim nevoințele ca ele să fie plăcute lui Dumnezeu?*

Răspuns: Fii atent ca nimeni să nu știe nevoința ta; orice faci pentru Dumnezeu, să faci în taină.

**645. Întrebare:** *Ce să facem dacă vrem să fim smeriți?*

Răspuns: Dacă doriți să fiți smeriți, îndurați observația sau insulta rostite către voi de ceilalți.

**646. Întrebare:** *Ce caută Dumnezeu în chip deosebit la om?*

Răspuns: Dumnezeu caută la om iubirea, smerenia și frica de El.

**647. Întrebare:** *Ce trebuie să țină minte permanent creștinul?*

Răspuns: Să pomenști moartea, judecata lui Hristos, iadul și Împărăția Cerurilor, căci, pomenind mereu toate acestea, vei trăi și aici fericit și vei moșteni și fericirea cea veșnică.

**648. Întrebare:** *Care dintre nevoințe sunt mai necesare?*

Răspuns: Nevoințele exterioare nu sunt atât de necesare pe cât sunt smerenia și rugăciunea.

**649. Întrebare:** *Cine este fericit în viață?*

Răspuns: Fericit în viață este cel care îi face pe ceilalți fericiți.

**650. Întrebare:** *Mântuirea constă numai în a nu face rău?*

Răspuns: Mântuirea nu constă numai în a nu face rău, ci și în a îndura răul cu bărbăție.

**651. Întrebare:** *Care sunt însușirile smereniei?*

Răspuns: O însușire a smereniei este să vezi în tine păcatul tău, iar în ceilalți să vezi faptele lor bune. A doua însușire a smereniei constă în a primi cu bucurie insultele și batjocurile de la oameni, știind că prin acest lucru ni se iartă păcatele și că astfel Îi facem pe plac lui Dumnezeu.

**652. Întrebare:** *Pot tâlcui singur Sfânta Scriptură?*

Răspuns: Nu tâlcui singur Evanghelia, nici celelalte cărți ale Sfintei Scripturi, ci apelează la Sfinții Părinți, care au tâlcuit-o. Sfântul Ioan Gură de



Aur spune că din pricina tâlcuirii nedrepte a Sfintei Scripturi au apărut toate ereziile.

**653. Întrebare: Ce înseamnă a te depărta de lume?**

Răspuns: A te depărta de lume înseamnă a părăsi năravurile, obiceiurile, regulile, deprinderile și trebuințele potrivnice Evangheliei și Duhului lui Hristos.

**654. Întrebare: Prin ce se iartă, prin ce se șterg păcatele?**

Răspuns: Să ai mintea și cugetul la Dumnezeu; în ochi – privirea către Dumnezeu și în pământ; în urechi – auzirea cuvântului lui Dumnezeu; în piept – suspinul pentru păcate; pe limbă – adevărul; pe buze – rugăciunea; în inimă – nerăutatea; în stomac – nesăturarea; iar în genunchi – plecăciunea către Dumnezeu.

**655. Întrebare: Ce putere are rugăciunea lui Iisus?**

Răspuns: Rugăciunea lui Iisus îi rănește pe diavoli, alungă gândurile rele, naște smerenia, sădește frica de Dumnezeu, aduce lacrimile, curățește trupul, îl învață pe om îndelunga răbdare, îi vorbește despre gheenă și îl face să cugete la moarte.

**656. Întrebare: Ce este pocăința?**

Răspuns: Pocăința este lupta cu păcatul.

**657. Întrebare: Ce trebuie să facem când ne culcăm?**

Răspuns: Când te culci, să-ți închini patul și camera, zicând rugăciunea: Să învie Dumnezeu...

**658. Întrebare: De câte ori ne sfătuiesc stareții să rostim rugăciunea „Născătoare de Dumnezeu Fecioară, bucură-te”?**

Răspuns: Să rostim de 12 sau de 24 ori pe zi „Născătoare de Dumnezeu Fecioară, bucură-te”. Ea este singura noastră ocrotitoare.

**659. Întrebare: Ce este mântuitor pentru suflet?**

Răspuns: Să simțim mai des pretutindeni prezența lui Dumnezeu și să cugetăm la binefacerile Lui.

**660. Întrebare: Care sunt cele trei cuvinte ale smereniei?**

Răspuns: Cele trei cuvinte ale smereniei sunt: „iertăți”, „binecuvântați” și „rugați-vă pentru mine”.

**661. Întrebare: Ne putem mântui fără pomenirea lui Dumnezeu și a morții?**

Răspuns: Fără pomenirea lui Dumnezeu și a morții este cu neputință ca omul să se mântuiască.

**662. Întrebare: Care sunt trăsăturile distinctive ale adevăratului creștin?**

Răspuns: Există două trăsături distinctive ale adevăratului creștin: faptul că aduce folos aproapelui și faptul că se roagă pentru vrăjmașii lui.



**663. Întrebare:** În ce constă secretul vieții duhovnicești?

Răspuns: Tot secretul vieții duhovnicești constă în a-i ierta și a-i scuza pe ceilalți, a nu cunoaște păcatele altora și a nu pomeni răul.

**664. Întrebare:** În ce constă milostenia duhovnicească?

Răspuns: Milostenia duhovnicească constă: în sfatul cel bun, dat la timpul potrivit, folositor în încurcături sau în primejdii neobservate; în a-l învăța prietenește pe cel neștiutor adevărul și binele, în taină, între patru ochi; în a-l îmbărbăta pe cel posomorât; în a-l mângâia pe cel întristat; în a-l compătimi pe cel apropiat și a-i împărtăși durerea; în a te bucura cu cel ce se bucură; în a îndura ocările și supărările cu seninătate, cu răbdare pentru Hristos; în a da propria carte duhovnicească de care tu însuți ai nevoie.

**665. Întrebare:** Despre cine se poate spune că face pe plac oamenilor?

Răspuns: Face pe plac oamenilor acela care le ține hangul și consimte la osândirea și clevetirea aproapelui.

**666. Întrebare:** Ce să fac când ceva anume îmi împiedică și îmi distruge viața duhovnicească?

Răspuns: Să îndepărtezi tot ceea ce îți împiedică și îți distruge viața duhovnicească.

**667. Întrebare:** Dacă nu am ajuns într-o zi de sărbătoare la biserică, prin ce anume să o prăznuiesc acasă?

Răspuns: În ceasurile săvârșirii liturghiei, dacă nu ai ajuns la biserică, trebuie să dedicați aceste ceasuri rugăciunii, citirii cuvântului lui Dumnezeu, discuției ziditoare de suflet, faptelor bunei credințe și gândurilor sfinte.

**668. Întrebare:** Dacă am căzut în păcat, trebuie să aștept vremea postului pentru a face pocăință?

Răspuns: Fără să aștepti postul, trebuie imediat, fără întârziere, să faci cât mai repede pocăință; nu trebuie să accepți să rămână mult timp păcatul în suflet; tocmai de aceea pierdem harul lui Dumnezeu, pentru că amânăm pocăința, și un păcat dă naștere la altul.

**669. Întrebare:** Cum este înțelept să facem o observație corectă?

Răspuns: Înainte de a gândi să faceți o observație corectă, rugați-vă și faceți acest lucru cu cea mai adâncă smerenie.

**670. Întrebare:** Se cuvine să relatăm discuțiile altora cărora nu le sunt de folos?

Răspuns: Nu trebuie să relatăm discuțiile străine nefolositoare.

**671. Întrebare:** Care este principalul lucru care duce la mântuire?



Răspuns: Trebuie să-ți înfrânezi limba. Și să nu rostești cuvintele în grabă.

**672. Întrebare:** *Cum trebuie să le spunem celorlalți cuvântul de folos?*

Răspuns: În principal, nu trebuie să spunem de la noi, ci din sfintele cărți, și cu smerenie și cumpătate: îndreptați discuțiile deșarte spre zidirea sufletului.

**673. Întrebare:** *Dacă am aflat de la aproapele ceva ziditor de suflet, se cuvine să spun și altora?*

Răspuns: Dacă ai aflat ceva ziditor de suflet de la altcineva, nu tăinui, ci spune-le și altora.

**674. Întrebare:** *Ce deosebire există între discuțiile dreptilor și cele ale păcătoșilor?*

Răspuns: Discuțiile dreptilor sunt despre Dumnezeu și despre lucrarea cea plăcută lui Dumnezeu, iar ale păcătoșilor sunt toate despre lucrurile lumii: s-ar plictisi dacă ar sta unul lângă celălalt.

**675. Întrebare:** *Când fac o mustrare, greșesc?*

Răspuns: Dacă tu, făcând cuiva o mustrare, te mâinii, îți satisfaci patimile tale; izbăvindul pe celălalt, să nu te pierzi pe tine.

**676. Întrebare:** *Putem vorbi despre păcatul vădit al aproapelui?*

Răspuns: Dacă îl vezi pe cel ce a greșit, nu trâmbița păcatele lui. Dacă noi vom acoperi păcatele fratelui și Dumnezeu va acoperi păcatele noastre.

**677. Întrebare:** *Cum să răspundem la întrebări?*

Răspuns: La întrebări să răspunzi pe scurt.

**678. Întrebare:** *Cum să discutăm cu aproapele?*

Răspuns: Când vorbești cu cineva, cel mai mult să vă temeți ca nu cumva să-i tulburați pacea celui alt printr-un ton arogant sau prin exprimarea gândurilor voastre împotriva lui, având dorința clară de a vă susține propria părere.

**679. Întrebare:** *Are postul influență asupra stării duhului omului?*

Răspuns: POSTUL are influență și asupra stării duhului: omul devine mai smerit, mai rugător. De asemenea, în timpul postului și al înfrânării, omul citește cu mai multă plăcere și înțelege cărțile duhovnicești.

**680. Întrebare:** *Ce putere are postul asupra duhului celui rău?*

Răspuns: Postul alungă demonii. Postul este o armă cumplită pentru vrăjmașul la fel cum sunt crucea lui Hristos și celelalte sfințenii, pe care nu le suportă puterea necurată a demonului. Postul lovește răutatea demonică în locul ei cel mai sensibil, astfel încât ea fuge de cel ce postește.

**681. Întrebare:** *Când ni se dă voie să încălcăm postul?*

Răspuns: Să nu încalci postul decât în cazul unei boli grave.

**682. Întrebare:** *Care este folosul postului?*



Răspuns: Postul alungă gândurile rele, face mintea luminoasă, inima curată, trupul sănătos și îl pune pe om înaintea tronului lui Dumnezeu. Demonii se desfată foarte tare cu ospetele, beția și cu orice plăcere trupească.

**683. Întrebare: Ce este postul duhovnicesc?**

Răspuns: Postul duhovnicesc este înfrânarea de la păcate. Dacă îl vezi pe dușmanul tău, să te împaci cu el; dacă vezi un om fericit, să nu-l invidiezi.

**684. Întrebare: Spuneți-ne o învățătură despre postul duhovnicesc!**

Răspuns: Măinile să postească de la hoție și de la câștigul nedrept, picioarele să postească de la mersul la spectacole, ochii să postească să nu se uite la frumusețe străină, auzul să postească de la osândire, vorbire deșartă și batjocuri, căci ce folos avem dacă ne înfrânăm de la mâncarea de dulce, dar ne pângărim prin vorbirea de rău?

**685. Întrebare: Ce este postul dinaintea împărtășaniei?**

Răspuns: Postul dinaintea împărtășaniei este același lucru, aceeași osteneală – numai că nu este o osteneală trupească, ci una duhovnicească. Țelul și intenția lui sunt să curățească sufletul și trupul, să-l împace pe om cu Dumnezeu, să semene semințele vieții celei bune, iar pleava (deprinderile rele) să o înăbușe. Postul dinaintea împărtășaniei înseamnă mare strictețe la hrană și somn, încetarea grijilor și faptelor lumești, citirea cuvântului lui Dumnezeu,

mersul neîncetat la Biserică, cercetarea propriei conștiințe în singurătate. Postul acesta este starea de veghe a sufletului, care se ocupă cu toată atenția de lucrarea mântuirii; este cunoașterea propriei păcătoșenii, zdrobirea inimii pentru păcate, pocăința, care se încheie cu spovedania înaintea duhovnicului și cu împărtășirea cu Sfintele Taine.

**686. Întrebare: De ce apare frica la spovedanie?**

Răspuns: Frica la spovedanie apare datorită faptului că te spovedești rar.

**687. Întrebare: Se întâmplă ca unii dintre cei ce se căiesc să spună lucrurile mai puțin importante, iar pe cele importante să le treacă sub tăcere?**

Răspuns: Dacă omul nu spune tot duhovnicului, calea lui va fi strâmbă și nu va duce la mântuire, iar dacă spune tot, va merge în Împărăția Cerurilor.

**688. Întrebare: Ce să facă acei oameni care nu își văd păcatele lor?**

Răspuns: Celor care nu își văd păcatele lor li se recomandă să ia aminte la păcatele pe care le văd în ei oamenii apropiați, la cele pentru care sunt muștrați.

**689. Întrebare: Cum să ne purtăm înainte de spovedanie?**

Răspuns: Înainte de spovedanie păstrați tăcerea pentru a vă fi mai ușor să vă conștientizați păcatele.



**690. Întrebare:** *Ce folos mai aduce spovedania în afară de iertarea păcatelor?*

Răspuns: Sfânta spovedanie aduce un folos îndoit: dăruiește iertare de la Dumnezeu pentru păcatele săvârșite și îl ferește pe om de o nouă cădere în păcat.

**691. Întrebare:** *Este folositoare spovedania deasă?*

Răspuns: Spovedania deasă este foarte folositoare, deoarece noi uităm repede păcatele noastre, dar, dacă le spunem duhovnicului, atunci le rupem din rădăcină. În afară de aceasta, pocăința deschide ochii, deschide vederea spre păcate. După ce s-a căit pentru unele păcate, omul începe să vadă altele și altele și tot așa, începe să socotească păcat ceea ce înainte nu socotea păcat, își aduce aminte de cele pentru care nu s-a căit, uitate demult... Celui ce se deprinde să dea socoteală pentru viața sa la spovedanie aici, aceluia nu-i va fi frică să dea răspuns la înfricoșătoarea judecată a lui Hristos: de aceea și este rânduită aici scurta judecată a pocăinței, pentru ca fiind curățiți și îndreptați prin pocăința de aici, să putem da răspuns fără de rușine la înfricoșătoarea judecată a lui Hristos.

**692. Întrebare:** *Ce ne abate de la pomenirea lui Dumnezeu?*

Răspuns: Discuțiile noastre ne abat de la pomenirea lui Dumnezeu (mai ales cele cu oamenii lumești).

**693. Întrebare:** *Cum trebuie să ne căim pentru a-I face pe plac prin pocăință Domnului?*

Răspuns: Dacă voim ca prin pocăință să-I facem pe plac Domului și să ne mântuim sufletele, să dobândim eliberarea de păcate și de patimi, trebuie să ne căim din adâncul sufletului temeinic, sub toate aspectele, cu fermitate și cu înflăcărare, deoarece în adâncul lui se cuibăresc și se înrădăcinează toate păcatele noastre.

**694. Întrebare:** *Care sunt cele mai importante discuții?*

Răspuns: Să nu dăm preferință altor discuții în defavoarea discuțiilor despre mântuire. Să ținem minte că în afara discuțiilor despre mântuire nu există altă cale spre Împărăția Cerurilor.

**695. Întrebare:** *Pe care vizitatori trebuie să-i evităm?*

Răspuns: Trebuie să-i evităm pe acei vizitatori care stârnesc discuții deșarte, lumești și nefolositoare.

**696. Întrebare:** *Cum se poartă vrăjmașul mântuirii față de discuțiile noastre duhovnicești?*

Răspuns: Diavolul înlesnește vorbirea deșartă și este vrăjmașul oricărei învățături duhovnicești. Unul dintre Părinți a dat următorul exemplu: atunci când eu – a spus el – discutam cu anumiți frați despre folosul sufletesc, îi năpădea un somn atât de „adânc încât nu se puteau mișca ceasuri întregi”.



697. *Întrebare: Ce virtute este mai presus de dreptate?*

Răspuns: A îndura ocările este o virtute mai mare decât a ține dreptatea. Iar a ține minte ocara înseamnă a fi deja biruit de cel rău.

698. *Întrebare: De ce este atât de greu să cerem iertare?*

Răspuns: A cere iertare este greu pentru cel care este mândru.

699. *Întrebare: Ce putere au numai cuvintele „iartă-mă”?*

Răspuns: Cuvintele IARTĂ-MĂ alături de o mărturisire sinceră îi ard pe vrăjmași și dăruiesc pacea.

700. *Întrebare: Cum este înțelept să îndurăm ocara?*

Răspuns: Să înduri ocara fără să judeci, fără să te plângi, fără să te socotești jignit și fără să aștepti răsplată pământească.

701. *Întrebare: Cum să ne purtăm față de cei care ne ocărăsc?*

Răspuns: Nu uita să trimiți daruri celor ce te ocărăsc și să te rogi: „Mântuiește-mă, Doamne, și mă miluiește și, pentru sfintele lor rugăciuni, dăruiește-mi smerenie și răbdare”.

702. *Întrebare: Cum să-i privim pe cei care îndură și în același timp au necaz pe cei ce îi ocărăsc?*

Răspuns: Cei ce îndură având necaz pe cei ce îi ocărăsc să se străduiască să arate dragoste față de cei de la care primesc ocări, altfel – răbdarea neînsoțită de dragoste se va transforma în ură îndârjită.

703. *Întrebare: Care rugăciune săvârșită de noi îi este plăcută Domnului?*

Răspuns: Domnului îi este plăcută rugăciunea săvârșită pentru cei ce ne ocărăsc și de aceea trebuie să ne rugăm pentru ei.

704. *Întrebare: Întotdeauna trebuie să respectăm îndatorirea de a avea pace cu aproapele?*

Răspuns: Îndatorirea de a avea pace cu aproapele nu cere ca noi să fim de acord cu ideile, intențiile și faptele lor rele. Un asemenea acord ar fi un mare păcat; dimpotrivă, datoria permanentă a creștinului este să nu fie de acord cu ideile și intențiile rele ale oamenilor împătimiți.

705. *Întrebare: Cum să ne rugăm pentru cei ce ne ocărăsc?*

Răspuns: Cuviosul Serafim a poruncit să dăm lumânări la altar pentru sănătatea și mântuirea celor ce ne ocărăsc. De asemenea să slujim un maslu arhidiaconului ȘTEFAN. Ascetul Gheorghe Zăvorâtul a scris: „Dați la biserici pomelnice pentru sănătatea celor ce vă dușmănesc și fapta inimii voastre bune Îl va proslăvi pe Dumnezeu înaintea tuturor”.

706. *Întrebare: Se cuvine să relatăm cuvintele de ocară?*



Răspuns: Nu relațați cuvintele de ocară.

**707. Întrebare: Cum să ne smerim?**

Răspuns: Când vă vine un gând întinat sau un simțământ necurat, respingeți-l și muștrați-vă pe voi înșivă. Nu trebuie să gândiți că vreuna dintre patimi s-a împușinat în voi. Spuneți în sinea voastră: „Într-un asemenea păcătos ca mine e normal să existe asemenea vicii”.

**708. Întrebare: Oamenii sfinți sunt liberi față de gândurile păcătoase?**

Răspuns: Chiar și oamenii sfinți, care s-au ferit întru totul de păcat, nu au fost, toți, liberi față de gândurile păcătoase. Nu stă în puterea omului să evite gândurile și nici nu este necesar pentru scopurile vieții duhovnicești. Dar stă în puterea omului să lupte cu gândurile, să le împiedice să ia sufletul în stăpânire, să primească gândurile bune și să le respingă pe cele rele.

**709. Întrebare: Ce este slava deșartă?**

Răspuns: Slava deșartă este căutarea slavei omenești, lăudăroșenia, dorința și căutarea cinstei pământești, iubirea pentru veșminte frumoase, trăsuri luxoase, dorința de a avea servitori și tot felul de lucruri în chilie, atenția față de frumusețea propriului chip, față de glasul plăcut și celelalte calități ale trupului, înclinația pătimasă către științele și artele acestui veac pierzător, căutarea mângâierilor în ele pentru dobândirea slavei celei pământești și vremelnice, dorința de a le face oamenilor pe plac,

neobrăzarea și altele. Toate celelalte patimi sunt mustrate imediat de conștiință; patima slavei deșarte, dimpotrivă, parcă aduce desfătare. Slava deșartă se cunoaște numai după absența în inimă a fericitei smerenii, a fericitei nădejdi și a căinței pentru păcate. Slava deșartă se hrănește cu lauda omenească, cu bogăția, cu faima neamului, cu celebritatea numelui.

**710. Întrebare: Dați-ne o învățătură despre înșelăciune!**

Răspuns: În primul rând, înșelăciunea este întâmpinată întotdeauna cu o oarecare îndoială a inimii; nu se îndoiesc de ea cei pe care ea i-a luat definitiv în stăpânire. Niciodată înșelăciunea nu oprește mișcările sângelui, nu îndeamnă la pocăință, nu îl micșorează pe om înaintea sa; dimpotrivă, pune sângele în mișcare, îi aduce omului o desfătare otrăvitoare, îl ademenește fin, îi insuflă îngâmfare și instalează în suflet idolul propriului „eu”.

**711. Întrebare: În ce constă pregătirea pentru rugăciune?**

Răspuns: Pregătirea pentru rugăciune constă în: pântecul nesăturat, tăierea grijilor cu sabia credinței, iertarea cu toată sinceritatea inimii a tuturor insultelor, mulțumirea față de Dumnezeu pentru toate necazurile vieții, depărtarea de la sine a împrăstierii și a visării, frica plină de evlavie față de Ziditorul.

**712. Întrebare: Ce înseamnă a minți cu cuvântul?**



Răspuns: A minți cu cuvântul înseamnă a spune un lucru și a gândi alt lucru.

**713. Întrebare: Care este mai rea la rugăciune: împrăștierea sau visarea?**

Răspuns: Împrăștierea fură rugăciunea. Visarea în timpul rugăciunii este mai dăunătoare decât împrăștierea. Împrăștierea face rugăciunea neroditoare, iar visarea este pricina roadelor false, a autoînșelării și a înșelăciunii diavolești.

**714. Întrebare: Cum este smerenia?**

Răspuns: Smerenia este o virtute: frica de Dumnezeu, cunoașterea adâncă a propriei nimicnii, schimbarea modului în care ne privim aproapele (datorită cărui fapt aproapele, fără nici o constrângere, i se pare celui ce se smerește astfel mai presus decât el din toate punctele de vedere), ura față de lauda omenească, învinuirea neîncetată și muștrarea de sine, dreptatea și sinceritatea, lipsa slăbiciunii, dorința de a se răstigni față de lume și patimi, năzuința către această răstignire. Lepădarea și uitarea obiceiurilor și cuvintelor înșelătoare; lepădarea înțelepciunii pământești, deoarece nu este necesară pentru cer; disprețul față de tot ceea ce este trufaș și urât în oameni înaintea lui Dumnezeu; renunțarea la îndreptățirea în cuvânt, tăcerea înaintea asupritorilor; renunțarea la teoriile proprii care nu sunt întemeiate pe adevăr și lepădarea de sine.

**715. Întrebare: Care este scopul vieții omului pe pământ?**

Răspuns: Scopul vieții omului pe pământ constă în lupta cu patimile: curățindu-ne de ele, să intrăm în unire cu Dumnezeu și să dobândim roadele cele de mult preț ale acestei uniri.

**716. Întrebare: Care este cea mai importantă dintre științele adevărate de pe pământ?**

Răspuns: Cunoașterea de Dumnezeu singură este știința cea adevărată dintre toate științele, este știința cerească dăruită omului de Dumnezeu.

**717. Întrebare: Care este cel mai bun mijloc de pregătire pentru moarte?**

Răspuns: Unul dintre cele mai bune mijloace de pregătire pentru moarte este cugetarea la moarte. Pomenirea neîncetată a morții este un dar minunat. Trebuie să ne silim spre pomenirea morții. Pentru a învăța acest lucru este folositor să rezervăm în fiecare zi un anumit ceas și să-l închinăm pomenirii celei mântuitoare a cumplitei și inevitabilei morți. Pomenirea morții, însoțită de rugăciunea fierbinte și de plâns, poate înlocui toate nevoințele, poate cuprinde toată viața omului, îi poate aduce curăția inimii, poate atrage spre el harul Sfântului Duh și astfel îi poate dăruia înălțarea liberă la cer pe lângă puterile văzduhului.

**718. Întrebare: De ce anume sunt legate inimile oamenilor?**



Răspuns: Prin lucrarea vrăjmașului mântuirii, cu îngăduința lui Dumnezeu, inima omului este legată de îndeletnicirile pământești:

1. Unii se îndeletnicesc cu dobândirea lucrurilor rare și scumpe și, pironindu-și cugetul în ele, îl înstrăinează de Dumnezeu.

2. Alții se îndeletnicesc cu studierea diferitelor științe și arte, bune numai pentru pământ, și pierd cunoștințele necesare despre Dumnezeu.

3. Alții se îndeletnicesc cu obținerea și cultivarea livezilor, grădinilor, ogoarelor, pășunilor, creșterea vitelor și uită de Dumnezeu.

4. Alții se abat de la Dumnezeu prin împodobirea locuințelor lor și se îndepărtează de El.

5. Alții acordă atenție deosebită postului și celorlalte nevoițe trupești, dând o importanță deosebită pesmeților, ciupercilor, verzei, mazărei, iar sfintele nevoițe duhovnicești le transformă în nevoițe trupești.

6. Alții se alipesc exclusiv de ritualul bisericesc, umbrind latura lui duhovnicească. Oamenii se lipesc de pământ, de grijile cele pământești și de dezvoltarea materială și se îndeletnicesc cu amenajarea pământului de parcă el ar fi locașul lor cel veșnic. Trăiesc și, ca și cum ar fi morți, niciodată nu se gândesc la bunătățile nespuse din viitor și la soarta păcătoșilor, de parcă ar fi veșnici pe pământ.

**719. Întrebare: Este importantă citirea Sfinților Părinți?**

Răspuns: Datorită împuținării învățătorilor purtători de duh, citirea scrierilor patristice a devenit

principală călăuză pentru cei ce doresc să se mântuiască și să atingă desăvârșirea creștină... Însușește-ți cugetul și duhul Sfinților Părinți din citirea scrierilor lor. Sfinții Părinți și-au atins țelul – mântuirea. Și tu vei atinge acest țel; după cursul firesc al lucrurilor, ca unul ce ești în același cuget și simțământ cu Sfinții Părinți, te vei mântui.

**720. Întrebare: Putem gândi că oamenii buni dintre mahomedani și păgâni se mântuiesc?**

Răspuns: Este greșit să gândim și să spunem că oamenii buni dintre mahomedani și păgâni se mântuiesc, adică intră în unire cu Dumnezeu. Biserica întotdeauna a afirmat că există un singur mijloc de mântuire – Răscumpărătorul.

**721. Întrebare: Ereticii - ca de exemplu: catolicii, luteranii și protestanții - se mântuiesc?**

Răspuns: Biserica Ortodoxă Sobornicească a socotit erezia păcat de moarte; întotdeauna a afirmat că omul molipsit de boala cea cumplită a ereziei are sufletul mort, este străin de har și de mântuire, este în unire cu diavolul și cu pieirea lui... Datorită cunoașterii insuficiente a creștinismului, el poate lua un gând mincinos și hulitor de Dumnezeu drept adevărat, și-l poate însuși, iar împreună cu el își poate însuși și veșnica pieire! De aceea astăzi, mai mult decât oricând, este foarte mare nevoie să învățăm credința creștină.

**722. Întrebare: Aș dori să mă aflu permanent în stare de zdrobire a inimii! Ce să fac?**



Răspuns: Cel ce dorește să se afle permanent în stare de zdrobire de inimă și vedere duhovnicească trebuie să aibă grijă să se afle permanent în stare de smerenie, izgonind din el îndreptățirea de sine și osândirea aproapelui, ajungând la smerenie prin muștrarea de sine și conștiința propriei păcătoșenii înaintea lui Dumnezeu și a oamenilor.

**723. Întrebare: Ce este mai înspăimântător decât orice?**

Răspuns: Mai înspăimântător decât orice este faptul de a ne teme de ceva mai mult decât de Dumnezeu și, datorită acestei temeri, să păcătuim.

**724. Întrebare: Pentru ce se supun sfinții chinurilor?**

Răspuns: Acest lucru este necesar fie pentru curățirea chiar și a unei mici necurății, fie pentru experimentarea în virtuți și pentru dobândirea înțelepciunii, fie pentru povățuirea celor mai neputincioși, ca, din exemplul lor, cei neputincioși să învețe răbdarea și să nu se descurajeze în suferințe.

**725. Întrebare: Care dintre chinuri sunt mari?**

Răspuns: Dintre toate suferințele noastre, mai slăvite sunt cele pe care le îndurăm pentru Dumnezeu.

**726. Întrebare: Pentru ce fac icoanele minuni?**

Răspuns: Icoanele fac minuni pentru întărirea cinstirii lor și pentru proslăvirea numelui lui Dumnezeu sau al plăcuților Lui. Icoanele sunt

cinstite nu datorită culorilor și a aspectului lor, nu datorită vechimii sau a noutății lor, ci datorită Celui Care este pictat pe ele. Cel ce nu cinstește icoanele nu îl cinstește pe Însuși Cel ce este pictat pe ele.

**727. Întrebare: Ce deosebire există între păcat și patimă?**

Răspuns: Unele sunt patimile și altele sunt păcatele. Patimile sunt: mânia, slava deșartă, iubirea de plăceri, ura, pofta cea rea și cele asemenea lor. Iar păcatele sunt chiar lucrările patimilor și au loc atunci când cineva le duce la îndeplinire prin faptă, săvârșind cu trupul acele fapte la care îl îndeamnă patimile, căci poți avea patimi, dar să nu acționezi potrivit lor.

**728. Întrebare: Ce înseamnă să te împotrivești patimii?**

Răspuns: Dezrădăcinează patima cel care i se împotrivește. A te împotrivi patimii înseamnă a săvârși lucruri opuse celor spre care te cheamă patima. Cu toate acestea, patima este nimicită numai de harul lui Dumnezeu.

**729. Întrebare: Ne putem îndeletnici neîncetat cu cele duhovnicești?**

Răspuns: Nu ne putem îndeletnici tot timpul cu cele duhovnicești: trebuie să avem o rucodelie ușoară. Numai că trebuie să ne apucăm de ea atunci când sufletul este istovit și nu este în stare nici să citească, nici să gândească, nici lui Dumnezeu să se roage.



**730. Întrebare: Se poate ruga mireanul folosind şiragul de metanii?**

Răspuns: Se poate. Despre rugăciunea săvârşită cu ajutorul metanierului, Sfântul Teofan Zăvorâtul scrie: „Prima dată am auzit de metanier de la un mirean, nu de la un monah. Şi mulţi mireni se roagă în acest fel. Şi vouă vă prinde bine acest lucru”.

**731. Întrebare: Ce anume aprinde dragostea pentru Dumnezeu?**

Răspuns: Pomenirea milelor lui Dumnezeu încălzeşte inima şi aprinde dragostea.

**732. Întrebare: Cum să luptăm cu patimile?**

Răspuns: Să vă puneţi ca lege: să nu îngăduiţi de bună voie nici un gând, nici un simţământ, nici o dorinţă pătimasă, ci să le respingeţi cu ură deplină imediat ce le observaţi. Diavolii sunt neruşinaţi şi, oricât te-ai mânia pe ei, tot insistă cu gândul lor. Evident că după mânie trebuie să apelăm şi la alt mijloc. Şi care este acesta? Ce face cel ce este supus atacului unui om rău? Strigă, bătându-se în piept; paznicul, la chemarea lui, vine în fugă şi îl scapă de nenorocire. La fel trebuie să facem şi în lupta cea tainică cu patimile: mâniindu-ne pe gândurile şi dorinţele pătimase, trebuie să strigăm după ajutor - Doamne, ajută-mă; Doamne Iisuse Hristoase, miluieşte-mă. Rugaţi-vă pentru ajutor; datorită acestui lucru, vrăjmaşul, ca ars de foc, va fugi imediat.

**733. Întrebare: Ce să facem dacă patima se înteteşte?**

Răspuns: Nu trebuie să ne purtăm cu indiferenţă faţă de această întetire a patimii, ci, după alungarea pornirilor ei, de fiecare dată trebuie să ne căim înaintea Domnului. Nu lăsaţi până seara necurăţite prin pocăinţă aceste porniri pătimase, ci curăţiţi-le imediat.

**734. Întrebare: Ce să-I aducem în dar lui Dumnezeu?**

Răspuns: Să-I aducem în dar: unul bogăţia, altul sărăcia; unul râvna faţă de aproapele, altul însuşirea cu dragă inimă a acestei râvne; unul fapte de laudă, altul păzirea lor profundă; unul cuvânt la vreme potrivită, altul tăcere înţeleaptă; unul învăţătură nestrămutată şi viaţă potrivită acestei învăţături, altul auz bine-ascultător; unul feciorie curată, altul căsătorie cinstită; unul înfrânare, altul întrebuinţarea hranei fără poftă; unul râvnă neîncetată la rugăciuni şi cântări duhovniceşti, altul ocrotire plină de grijă a celor ce au nevoie de ajutor. Toţi, însă, să aducă lacrimi care curăţesc de păcate, urcuş şi străduinţa de a merge înainte. Minunate sunt rodirea, simplitatea şi râsul cel înţelept, şi înfrânarea de la păcat, şi ochii reţinuţi de la necuviinţă, şi mintea căreia nu i se îngăduie să ajungă la împrăştiere. Şi El va primi şi cei doi bani ai văduvei, şi smerenia vameşului, şi mărturisirea lui Manase. Dar mai frumos decât orice şi mai plin de iubire de oameni este faptul că DUMNEZEU măsoară darul nu după vrednicia celor



ce sunt dăruite, ci după puterile și starea sufletească a celui ce aduce roadele; fiecare să-I aducă în dar lui Dumnezeu ceea ce are și constituie avuția lui: cel ce păcătuiește să-I aducă îndreptare, cel ce săvârșește nevoința cea bună să-I aducă neobosire; tânărul – înfrânare; bătrânul – înțelepciune; bogatul – dărnicie; săracul – mulțumire; conducătorul – modestie; judecătorul – blândețe.

**735. Întrebare: Care este rolul nevoințelor?**

Răspuns: Rolul general al nevoințelor nu este acela de a-I aduce jertfe lui DUMNEZEU, ci de a ne păzi pe noi înșine de mândrie, de egoism și de umilirea aproapelui. Dacă străduințele noastre cucernice nu au acest țel, datorită aparenței lor evlavioase, ele pot fi izvoare de mândrie, înșelăciune și pot spori starea cea păcătoasă a omului.

**736. Întrebare: Dacă ar avea loc o prigoană mulți dintre credincioși ar deveni mucenici?**

Răspuns: Iată ce scrie unul dintre Sfinții Părinți despre o prigoană din vremurile de demult: „Astăzi, în prigoana care a început... cu excepția a foarte puțini credincioși, aproape toți s-au supus împrejurărilor vremii. Unii au devenit susținătorii și apărătorii necredinței, alții ocupau locuri inferioare și au fost năpădiți de frică, sau au fost înrobiți de nevoi, sau au fost prinși prin lingușire, sau s-au abătut datorită neștiinței”.

**737. Întrebare: Care trebuie să fie rodul rugăciunii și al citirii Cuvântului lui Dumnezeu?**

Răspuns: Rodul rugăciunii și al citirii sunt lacrimile și căința cu inima zdrobită, smerita înțelepciune, iar lucrarea celui ce nu dobândește aceste roade nu este săvârșită în Dumnezeu.

**738. Întrebare: Cum trebuie să stăm în biserică lui Dumnezeu?**

Răspuns: Să stai în biserică cu frică și cu cutremur: mâinile să le ții adunate, în picioare să stai drept, nemișcat și cu ochii în pământ.

**739. Întrebare: Cine ne insuflă îndreptățirea de sine?**

Răspuns: Îndreptățirea de sine ne-o insuflă diavolul, iar cel ce spune „iertați-mă” îi arde pe demoni.

**740. Întrebare: Ce îi este de folos sufletului să gândim în timpul treburilor noastre?**

Răspuns: Fie că faci ceva, fie că vorbești, fie că mergi undeva, să gândești: dacă Domnul mă cheamă acum? Și să fii atent la conștiința ta.

**741. Întrebare: Imediat ce ne trezim, ce gânduri trebuie să avem?**

Răspuns: Când omul este încă somnoros, are loc o îngrămădire rapidă de gânduri, fapte și sentimente. Trebuie să nimicim acest lucru și să căpătăm deprinderea de a închina primul nostru gând lui Dumnezeu. Acest lucru se realizează prin meditația dumnezeiască.

**742. Întrebare: De ce este îngăduită clevetirea?**



Răspuns: Clevetirea și gâlceava sunt îngăduite cu voia lui Dumnezeu pentru a-ți da răbdare; și să nu te îndreptățești prea mult, căci altfel îți pierzi răsplata și păcatele dinainte nu ți se curățesc.

**743. Întrebare:** *Cum să ne izbăvim de chinurile veșnice?*

Răspuns: Cel ce voiește să se izbăvească de chinurile cele veșnice și înfricoșătoare trebuie să îndure cu mulțumire necazurile de aici, strâmtorarea și orice boală și suferință prin care Domnul îl pedepsește după înțelepciunea Sa pentru mântuirea lui.

**744. Întrebare:** *Pentru cine mijlocește în mod deosebit Maica lui Dumnezeu?*

Răspuns: Maica lui Dumnezeu mijlocește în mod deosebit pentru cel care întotdeauna și pentru toate cere cu smerenie iertare.

**745. Întrebare:** *Cum se recunoaște râvna?*

Răspuns: Râvna se recunoaște din faptul că ne silim spre bine, de exemplu - spre rugăciune chiar și atunci când nu voim să ne rugăm.

**746. Întrebare:** *Cum putem ușura greutatea noastră sufletească?*

Răspuns: Descoperirea gândurilor în timpul ispitelor ușurează greutatea sufletească.

**747. Întrebare:** *Este ușor a trece vămile după moarte?*

Răspuns: Iată o arătare a unui stareț de la Valaam, care a vorbit despre vămi: într-o noapte a venit la mine părintele Nikita, care murise nu demult, iar eu l-am întrebat: „Cum ați trecut, batiușka, vămile?”. „O, greu le este la vămi tuturor oamenilor, a răspuns starețul. Este bine pentru cel ce este bun și milostiv, căci atunci și judecata la vămi va fi îngăduitoare cu el, iar pentru cel ce este rău și crud, judecătorii sunt cruzi și răi. Fiecare, după cum trăiește pe pământ și își petrece viața, așa va fi întrebat acolo și va răspunde pentru faptele lui și pentru viața trăită pe pământ”.

**748. Întrebare:** *Mă socotesc nevrednic de împărtășirea cu Sfintele Taine și de aceea mă împărtășesc numai o singură dată pe an; este bine să gândesc așa?*

Răspuns: Dacă suntem vrednici sau nevrednici să ne apropiem de împărtășania cu Sfintele Taine, cu Trupul și Sângele lui Hristos, le este dat a judeca preoților în taina pocăinței. Iar cei ce se socotesc pe ei înșiși nevrednici și se depărtează de împărtășanie sunt asemenea ereticilor și păgânilor.

**749. Întrebare:** *Cred că Domnul nu îmi va ierta păcatele. Ce să fac?*

Răspuns: Dacă cineva acordă încredere insuflării demonilor și primește gândurile lor potrivit cărora el nu se va mântui, sau va fi osândit, sau lepădat de Dumnezeu, sau predestinat pieirii, sufletul unui asemenea om (dacă el nu se pocăiește) va fi atras de diavoli la ei, deoarece prin deznădejdea



lui respinge răscumpărarea și nimicește mila lui Dumnezeu și asemenea lui Cain socotește că păcatul său este mai presus de milostivirea lui Dumnezeu.

**750. Întrebare: Ce putere au metaniile săvârșite în timpul nopții?**

Răspuns: Să nu uitați niciodată să faceți noaptea metanii până la pământ, iar, dacă vă simțiți rău, să vă închinați măcar de trei ori. Prin aceste metanii săvârșite în timpul nopții și prin rugăciune, omul îl biruie pe diavol și, dacă păcătuiește în timpul zilei, prin ele se izbăvește de păcat.

**751. Întrebare: Ce trebuie să facem pentru ca diavolul să nu ne ponegrească în ceasul morții?**

Răspuns: Dacă omul voiește ca vrăjmașul diavol să nu aibă cu ce să-l ponegrească în ceasul morții, trebuie să se spovedească fără să ascundă înaintea părintelui duhovnic nici cea mai mică mișcare a trupului și a duhului, potrivit lui Dumnezeu.

**752. Întrebare: Ce folos aduce mustrea de sine?**

Răspuns: Calea spre desăvârșire este mustrea de sine. Ea constă în faptul de a ne mustra întotdeauna pentru toate, de a ne învinui cu privire la toate și de a nu da vina pe ceilalți. Mustrea de sine îl izbăvește pe nevoitor de păcătosul obicei de a osândi, întărește pacea lui sufletească, fiindcă cel ce se învinuiește pe sine cu privire la toate nu se mânie și nu se supără pe nimeni.

**753. Întrebare: Ce anume trebuie să-I cerem lui Dumnezeu cel mai mult?**

Răspuns: Cu lacrimi trebuie să-I cerem lui Dumnezeu smerenie, dragoste și chibzuință.

**754. Întrebare: Ce este milosârdia?**

Răspuns: Milosârdia este îngăduința față de neputințele celuilalt, dorința de a-l ajuta fără să ți se ceară ceva, iertarea tuturor datoriilor - și a celor duhovnicești, și a celor neduhovnicești - în numele Domnului Iisus.

**755. Întrebare: Ce înseamnă a păzi simțul vederii de păcat?**

Răspuns: Înseamnă a nu privi cu patimă frumusețea străină, veșmintele străine, veniturile bogate, podoabele bogate ale caselor, comorile și bogățiile străine; înseamnă a evita adunările vesele și ușurate în care domnește păcatul.

**756. Întrebare: Ce este lumea?**

Răspuns: Un stareț a răspuns: lumea este împrăștiere păcătoasă, lume înseamnă a munci peste puteri pentru câștig și satisfacerea dorințelor trupului; lume înseamnă a gândi că vei trăi veșnic, lume înseamnă a avea grijă de trup mai mult decât de suflet.

**757. Întrebare: Cum trebuie să fie adevărata pocăință?**

Răspuns: Pocăința cere ca omul să devină un exemplu bun pentru ceilalți.



**758. Întrebare:** *Putem relata hulele sau cuvintele murdare cu gura noastră?*

Răspuns: Nu repeta (nu relata) cu gura ta hulele sau cuvintele murdare, pentru a nu întina cugetul tău și a nu deveni părtaș la osândire.

**759. Întrebare:** *Este păcat să ne ferim de oamenii răi?*

Răspuns: Nu este păcat atunci când este nevoie să ne ferim de alți oameni care, din neștiință, pot fi deseori în legătură cu oamenii răi, socotindu-i buni.

**760. Întrebare:** *Ce sunt întristarea pentru Dumnezeu și tristețea lumii?*

Răspuns: Întristarea pentru Dumnezeu are loc atunci când cineva se mâhnește și plânge pentru că porunca lui Dumnezeu a fost încălcată de el sau de ceilalți; iar tristețea acestei lumi are loc atunci când cineva se mâhnește sau plânge pentru că a fost ocărât, și-a pierdut bogăția sau i-a murit vreo rudă.

**761. Întrebare:** *Trebuie să avem încredere în oricine?*

Răspuns: Nu trebuie să avem încredere în oricine fără să fim atenți, nici să ne destăinuim oricui, căci nici Mântuitorul nu a avut încredere în oricine. De aceea trebuie să fim atenți când intrăm în discuție cu ceilalți.

**762. Întrebare:** *Ce daune provoacă excesul mâncării și al băuturii?*

Răspuns: Orice exces al mâncării și al băuturii este însoțit de slăbirea sufletului și de decăderea morală a dragostei pentru aproapele.

**763. Întrebare:** *Care dintre muștrări aduc folos?*

Răspuns: Numai muștrările blânde și liniștite îi muștră pe oameni: cele aspre mai mult supără decât să aducă folos.

**764. Întrebare:** *Cum trebuie să cugetăm când facem binele?*

Răspuns: Când faceți bine, întotdeauna aduceți-vă aminte de faptele voastre cele rele pentru ca sufletul să nu se desfete niciodată din nesocotință cu fapta cea bună, ci să țină seama de vinovăția lui.

**765. Întrebare:** *Putem renunța la mersul la biserică din cauza unei neplăceri cu preotul?*

Răspuns: Unii se depărtează de bisericile Domnului fiindcă au neplăceri cu preotul, însă nu trebuie, datorită acestui lucru, să părăsim bisericile lui Dumnezeu, căci în ele sunt adevărata învățătură dumnezeiască lăsată de Apostoli și Dumnezeieștile și mântuitoarele Taine.

**766. Întrebare:** *Când îi facem trupului pe plac, oferindu-i mâncare, băutură, huzur, odihnă și somn prea mult, ce ia naștere din acestea?*

Răspuns: În măsura în care îi facem pe plac, trupul devine mai pofticios, mai pretențios, mai răsfățat, mai neputincios în răbdare și ajunge să nu mai suporte lipsurile și bolile.



**767. Întrebare: Trebuie să cerem sfatul tuturor?**

Răspuns: Nu trebuie să cereți sfatul tuturor cu privire la orice, ci numai celor în care aveți încredere – părintelui vostru duhovnic sau unui frate sporit duhovnicește.

**768. Întrebare: Poate fi rea fapta bună?**

Răspuns: Și fapta bună poate fi rea dacă amestecăm binele cu răul: rugăciunea cu lenea, mersul la biserică lui Dumnezeu cu discuțiile în biserică, postul cu lăudăroșenia sau musturarea, discuția evlavioasă cu osândirea aproapelui, milostenia cu dorința de a fi proslăviți datorită ei.

**769. Întrebare: Care este cel mai bun mijloc pentru înduplecarea lui Dumnezeu și pentru exprimarea mulțumirii față de El?**

Răspuns: Virtutea omului este NEÎNSEMNATĂ în comparație cu păcatele lui. Spovedirea păcatelor este cel mai bun mijloc pentru înduplecarea lui Dumnezeu și exprimarea mulțumirii față de El.

**770. Întrebare: Cum își păzește privirea cel smerit și înțelept?**

Răspuns: Cel smerit și înțelept nu se oprește niciodată să privească adunările, mulțimile de oameni, agitația, zgomotul, dezmațul, preocupările și desfătările.

**771. Întrebare: Ce folos sufletesc deosebit ne aduce citirea sfintelor cărți?**

Răspuns: Sfintele cărți muștră conștiința fiecăruia dintre noi, arată și dezrădăcinează patimile, descoperă cursele diavolești, ne învață virtuțile, ne întăresc în răbdare și în necazuri, ne aduc aminte de ceasul morții, ne vestesc venirea lui Hristos și bucuria Împărăției Cerurilor și ne amintesc de chinul veșnic.

**772. Întrebare: Cei ce locuiesc cu mine îmi interzic să mă ocup cu lucrurile bune credinței. Ce să fac?**

Răspuns: Să-ți păstrezi îndeletnicirile cele plăcute lui Dumnezeu, chiar dacă cei ce locuiesc cu tine îți interzic să faci aceasta, și să le săvârșești neținând seama de nimeni și de nimic (în afară de timpul nopții, rezervat somnului).

**773. Întrebare: Nu găsesc modele pentru a mă îndrepta. Unde să caut?**

Răspuns: Pentru îndreptare, caută exemple în Viețile Sfinților.

**774. Întrebare: Cum să mă feresc de păcat în timpul ispitelor?**

Răspuns: În timpul ispitelor adu-ți aminte mai des de moarte, de înfricoșătoarea judecată și de chinul cel veșnic.

**775. Întrebare: Ce folos sufletesc ne aduce răbdarea necazurilor?**

Răspuns: Datorită răbdării înțelepte a necazurilor se curățesc păcatele. Orice necaz



împreunat cu mulțumirea față de Dumnezeu îi este de folos sufletului.

**776. Întrebare:** *Nu găsesc timp pentru citirea sfintelor cărți și a rugăciunilor. Ce să fac?*

Răspuns: Trebuie să te rogi și să citești printre celelalte treburi.

**777. Întrebare:** *Cine este fericit?*

Răspuns: Fericit este cel care acordă atenție nevoilor aproapelui.

**778. Întrebare:** *Dorm mult. Cum să împuținez somnul?*

Răspuns: Mănâncă cu măsură și nu vei dormi mult.

**779. Întrebare:** *Uneori vin la mine oameni pentru a purta discuții deșarte. Ce să fac?*

Răspuns: Când vin la tine oameni pentru discuții deșarte, trebuie să zici rugăciunea lui Iisus, îndreptând mintea și inima ta spre cele de sus.

**780. Întrebare:** *Câteodată năvălește frica vrăjmașului asupra mea. Ce să fac?*

Răspuns: Când năvălește frica vrăjmașului asupra ta, rostește rugăciunea: „Să învie Dumnezeu...” și Psalmul 90. Cel ce locuiește în ajutorul Celui Preaînalt...

**781. Întrebare:** *Cum să considerăm dorința de a afla lucruri care nu se referă la mântuirea sufletului?*

Răspuns: Trebuie să ne străduim să ne înfrânăm pornirile spre curiozitate și chiar setea de cunoaștere a lucrurilor care ne interesează prea puțin sau nu ne interesează deloc. Uneori aflăm lucruri ce ne pot tulbura sufletul; astfel, un cuvânt care ajunge deseori în inimă, uneori toată ziua, ca praful în ochi, ne împiedică și în timpul rugăciunii, și în toate îndeletnicirile duhovnicești; altele, datorită cuvântului respectiv, ne pierdem și pacea inimii.

**782. Întrebare:** *Cum să îi dăm sfaturi unei rude necredincioase?*

Răspuns: Sfaturile tale să fie blânde și să îi ceri iertare de mai multe ori, dar cel mai mult să arăți dragoste față de ea.

**783. Întrebare:** *Se cuvine să ne dorim ca totul să fie după voia noastră?*

Răspuns: Nu trebuie să ne dorim ca totul să fie după voia noastră, ca totul să fie bine, clar, reușit, ușor: acestea toate sunt gânduri de mândrie și încredere în sine. Țineți minte: toate lipsurile vieții și toate necazurile sunt folositoare și mântuitoare. De aceea niciodată nu trebuie să ne întristăm, ci tot ceea ce ni se întâmplă să primim cu mulțumire, ca din mâna lui Dumnezeu.

**784. Întrebare:** *Când trebuie să punem întrebări?*

Răspuns: Când înțelegi că sfaturile cuiva sunt mântuitoare de suflet, atunci este foarte necesar să pui întrebări.



**785. Întrebare:** Când este mântuirea îndoielnică?

Răspuns: Sunt necesare spovedania, canonul și îndreptarea vieții; fără ele, mântuirea este îndoielnică.

**786. Întrebare:** Cum să mergem la biserică pentru ca mersul acesta să fie mântuitor?

Răspuns: Să mergi la biserică atunci când îngăduie Domnul și să mergi nu pentru mângâiere și dulceață duhovnicească, nu pentru cântare armonioasă – să ai toate acestea pe planul doi, să nu te deprinzi cu plăcerile duhovnicești, ci să mergi pentru har, pentru curățirea sufletului, cu sentimentul pocăinței, nu atât să te desfeți cu cântarea cât să-ți cunoști și să-ți plângi păcatele tale.

**787. Întrebare:** Este bine să-i punem întrebări părintelui duhovnic?

Răspuns: Este bine să-i puneți întrebări părintelui duhovnic, însă este rău să nu împliniți sfaturile lui... Cel ce cere povață, mai devreme sau mai târziu, se poate îndrepta.

**788. Întrebare:** Trebuie să ne temem atunci când ni se vorbește despre moarte?

Răspuns: Mulți se tem de orice pomenire a morții, dar ce va fi în ceasul despărțirii sufletului de trup, când demonii vor înconjura patul de moarte și ne vor arăta păcatele noastre? Cu amar ne vom căi pentru că nu ne-am adus aminte de moarte ca să ne

îndreptăm viața; vom izbucni în plâns, însă va fi deja prea târziu.

**789. Întrebare:** Cum să socotim lacrimile de recunoștință vărsate pentru Domnul?

Răspuns: Lacrimile pentru Dumnezeu sunt cele pe care creștinul le varsă fiind plin de sentimentul recunoștinței față de El, din zdrobire de inimă datorată milei lui Dumnezeu față de el. Lacrimi pentru Dumnezeu pot fi numite și acelea pe care omul le varsă pentru aproapele atunci când vede suferințele lui, nenorocirile lui, căderile lui în păcat.

**790. Întrebare:** Care somn este mântuitor de suflet?

Răspuns: Dacă voiești să ai somn înțelept, atunci când te culci în pat, să te căiești, să simți zdrobire de inimă și să te rogi Domnului. Dacă vei adormi cu rugăciunea, îl vei atrage la tine pe Îngerul păzitor, care te va păzi până când te vei trezi.

**791. Întrebare:** Ce este atenția față de sine?

Răspuns: A fi atent față de sine înseamnă a veghea neîncetat, fără șovăire asupra sinelui, a urmări mișcările gândurilor și simțămintelor tale și a da socoteală pentru toate: a respinge, a izgoni ceea ce este rău și a te mustra pe sine pentru el, iar asupra gândurilor și simțămintelor cucernice, rugătoare și sfinte să te oprești și în ele să rămâi.

**792. Întrebare:** Care sunt principalele motoare ale vieții duhovnicești?



Răspuns: Spovedania deasă și Sfânta Împărtășanie sunt cele mai puternice și mai importante motoare ale vieții noastre duhovnicești. Numai că trebuie să ne folosim corect de aceste Taine. De exemplu: spovedania, pentru a fi valabilă, cere ca noi să ne spovedim păcatele cu zdrobire de inimă, cu căință sinceră și fără nici un ascunziș și să avem intenția fermă de a nu le repeta pe viitor.

**793. Întrebare:** *Cum să recunoaștem momentul în care avem o stare sufletească rea?*

Răspuns: Semnul stării sufletești rele este faptul că el nu are lacrimi pentru păcatele sale, pentru răutatea sa și nu are nici măcar tristețe pentru ele. Iar dacă nu are, să se îngrijească să aibă, să-I ceară neîncetat Domnului.

**794. Întrebare:** *Pe ce anume ne este îngăduit să ne mâniem?*

Răspuns: Ne este îngăduit să ne mâniem numai pe păcatele noastre, pe gândurile noastre rele și pe însăși mânia noastră.

**795. Întrebare:** *Ce putere are Psalmul 50?*

Răspuns: Psalmul 50, care este de pocăință, cu atâta putere este scris și un asemenea sentiment de pocăință se află în el încât și acum, când îl citește cineva, vrăjmașul neamului omenesc tremură și se înspăimântă, nesuferind puterea lui.

**796. Întrebare:** *Ce putere duhovnicească are citirea Vieților Sfinților?*

Răspuns: Citirea Vieților Sfinților îl sprijină mult pe om pe calea mântuirii și îl face mai bun. În timpul istovirii trupesti și al tulburării sufletești, cel ce citește Viețile Sfinților, întotdeauna găsește în ele și întărire, și liniștire duhovnicească.

**797. Întrebare:** *Uneori, la vederea mulțimii păcatelor mele, peste mine vine tristețea. Ce să fac?*

Răspuns: Nu trebuie să ne întristăm la vederea mulțimii păcatelor și a neputințelor noastre, deoarece tristețea și deznădejdea sunt păcate mari. Datoria noastră este să fim răbdători, smeriți și de toate mulțumiți. Nevoința noastră: să nu păstrăm răutatea în inima noastră, să nu rostim cuvinte de ocară și să nu osândim.

**798. Întrebare:** *Care suflet nu va trece pe la vămi după moarte?*

Răspuns: Va fi izbăvit de vămile văzduhului numai acel suflet pe care Domnul l-a învrednicit să se împărtășească în ceasul morții cu credință deplină sau să dobândească sfârșit creștinesc în săptămâna Paștilor.

**799. Întrebare:** *Cum îi atacă diavolul pe oameni?*

Răspuns: Diavolul îi atacă pe cei fricoși prin frică și vedenii; pe alții – prin clevetirea omenească, prin vrajbă, prin răutate; pe cei învățați – prin mândrie și îngâmfare; pe cei tineri – prin gândurile desfrânate; pe cei bătrâni – prin lenevie, prin ținerea



de minte a răului și prin obiceiurile rele și așa mai departe.

**800. Întrebare:** *De ce trebuie să ne ocupăm permanent cu citirea cărților sfinte?*

Răspuns: Cu citirea cărților sfinte trebuie să ne ocupăm nu numai pentru folosul nostru, ci și pentru folosul celorlalți: „Și tu însuși te mântuiești, și pe ceilalți îi mântuiești!”

**801. Întrebare:** *Trebuie să-i cercetăm pe bolnavi foarte des?*

Răspuns: Trebuie să ținem minte că vizitele foarte lungi și foarte dese pot fi împovărătoare pentru unii bolnavi.

**802. Întrebare:** *Cum trebuie să ne purtăm față de oamenii care sunt iuți din fire?*

Răspuns: Să te depărtezi de oamenii care sunt iuți din fire și violenți dacă nu voiești să suferi vreun rău din partea lor.

**803. Întrebare:** *Se cuvine să ne destăinuim gândurile oamenilor rău intenționați?*

Răspuns: Cel înțelept se ferește de oamenii rău intenționați și nu le destăinuiește gândurile sale, căci se teme ca nu cumva ei să folosească mărturisirea spre răul lui.

**804. Întrebare:** *Ce fel de oameni trebuie să alegem ca prieteni și oameni de încredere?*

Răspuns: Ca prieteni și oameni de încredere să-ți alegi numai oameni înțelepți și cucernici, care în

discuțiile lor nu își bat joc de credință, căci numai între oamenii virtuoși poate exista prietenie adevărată și îndelungată.

**805. Întrebare:** *Cum să biruim în noi dorința cea rea?*

Răspuns: Dacă îți apare în suflet dorința păcătoasă, îndreaptă-ți atenția spre alt lucru. Gândește-te la Dumnezeu, la veșnicie, la Înfricoșătoarea Judecată și te vei simți în măsură să birui această dorință rea.

**806. Întrebare:** *Se cuvine să încredințăm oricui tainele noastre?*

Răspuns: Procedează greșit oamenii aceia care spun tot ceea ce gândesc, care încredințează oricui tainele lor; înțelepciunea cere ca mai întâi să chibzuim asupra persoanei cu care ne este dat să vorbim, ca nu cumva să ne pricinuiască nouă și celorlalți vreun rău ceea ce vrem să spunem.

**807. Întrebare:** *Cum să aflăm cum este omul?*

Răspuns: Conversația este oglinda omului; din ea se poate afla dacă omul este bun sau rău, înțelept sau neghiob, învățat sau incult, dacă are sau nu gânduri și obiceiuri bune, dacă este religios sau necredincios.

**808. Întrebare:** *Cum să ne purtăm dacă ajungem la mânie din pricina cuiva?*

Răspuns: Dacă ajungi la mânie din pricina cuiva, să te deprinzi să taci în timpul ei câteva



minute, săvârșind rugăciunea lui Iisus, înainte de a vorbi sau a acționa în pripă.

**809. Întrebare:** *Cum să ne purtăm în timpul discuțiilor?*

Răspuns: Dacă ți se întâmplă să discuți cu cineva, e mai bine să asculți decât să vorbești.

**810. Întrebare:** *Putem citi cărți smintitoare?*

Răspuns: A citi o carte rea înseamnă a te otrăvi. Citirea cărților deșarte duce la greșeli, la o viață păcătoasă, iar citirea Vieților Plăcuților lui Dumnezeu conține toate cele necesare pentru mântuirea noastră, pentru fericirea vremelnică și pentru fericirea veșnică. Viețile Sfinților ne învață modul în care să împlinim poruncile lui Dumnezeu.

**811. Întrebare:** *Ce este mucenicia nesângeroasă?*

Răspuns: Mucenicia nesângeroasă are loc atunci când ești ocărât, asuprit, clevetit, osândit. Și trebuie să o înduri fără cârtire.

**812. Întrebare:** *Cum să ne pregătim pentru rugăciunea bisericească?*

Răspuns: Dacă mergi la rugăciune în biserică, timpul necesar pentru drum este foarte potrivit să-l transformi în moment de pregătire pentru rugăciunea bisericească.

**813. Întrebare:** *Este folositor sufletului să avem acasă icoane?*

Răspuns: Este folositor sufletului să avem acasă icoane, căci atunci ne gândim mai grabnic și mai des

la Dumnezeu, de asemenea și la sufletul nostru, la veșnica lui mântuire, mai grabnic decât atunci când nu avem înaintea noastră asemenea amintiri mântuitoare.

**814. Întrebare:** *Ce înseamnă a viețui simplu?*

Răspuns: A viețui simplu înseamnă a nu osândi, a nu judeca pe nimeni.

**815. Întrebare:** *Cum să ne apărăm de învinuiri la judecata lui Dumnezeu?*

Răspuns: Sfânta Teodora a răspuns bine atunci când a fost încercată (la vămi). Ai făcut una și alta – i-au spus diavolii. Iar ea a răspuns: da, am făcut, însă m-am căit și am primit iertare, dezlegare. Iată cel mai bun răspuns. Într-aici și trebuie să fie îndreptată toată atenția noastră: mai întâi către spovedanie, iar apoi către îndreptarea vieții.

**816. Întrebare:** *Rugăciunea este socotită ca atare numai atunci când rugătorul se roagă înaintea icoanelor?*

Răspuns: Rugăciunea nu înseamnă să stai în mod obligatoriu înaintea icoanelor și să te rogi. A ține mintea și inima îndreptate către Dumnezeu înseamnă deja rugăciune, în orice poziție te afli: fie că șezi, fie că stai culcat, fie că mergi. Pravila de rugăciune de acasă să-și urmeze cursul ei: dimineața și seara înaintea icoanelor, iar această stare de rugăciune să-și păstreze, de asemenea, cursul ei.

**817. Întrebare:** *Cum să socotim rugăciunea săvârșită fără durere pentru păcate?*



Răspuns: Fără sentimentul de pocăință, fără durerea pentru păcate, rugăciunea nu este rugăciune. Vărsați la rugăciune lacrimi pentru păcate. Învățați-vă să plângeți pentru voi ca pentru niște morți...

**818. Întrebare:** *Ce face vorbăria deșartă cu omul?*

Răspuns: Vorbăria deșartă îl face pe om împotrivor, leneș, molatic, neascultător, îl lipsește de frica de Dumnezeu și îi învârtosează inima.

**819. Întrebare:** *Cum să ne izbăvim de beție?*

Răspuns: Pentru a ne izbăvi de beție trebuie să ne rugăm cu râvnă Domnului, cu post și cu lacrimi în singurătate. Apoi să rugăm preoții să slujească un maslu cu sfințirea apei pentru Sfântul Mucenic Bonifatie, iar acasă să luăm aghiasma și să mâncăm câte o bucată de prescură.

**820. Întrebare:** *Ce să facem atunci când consimțim ca patimile să intre în inimă?*

Răspuns: Dacă primești patima în inimă, o simpatizezi și o porți în suflet un timp și îți întinezi sufletul cu ea, rostește canonul de pocăință sau Psalmul 50 săvârșind câteva metanii. Dacă nu te ajută, repetă până când sufletul se va liniști.

**821. Întrebare:** *Când trebuie să ne pregătim în mod deosebit pentru moarte?*

Răspuns: Creștinul trebuie întotdeauna să se pregătească pentru moarte, dar mai ales atunci când este supus încercărilor care îl amenință cu moartea.

**822. Întrebare:** *Cu ce îi prinde în mod deosebit vrăjmașul mântuirii pe oamenii care trăiesc cucernic?*

Răspuns: Se știe că vrăjmașul mântuirii îi prinde pe oamenii care trăiesc cucernic mai mult cu faptul că le insuflă gânduri bune despre ei. Dar voi fiți cu băgare de seamă: orice bine ați face, atribuiți-l tot lui Dumnezeu.

**823. Întrebare:** *De unde provine împrăștierea?*

Răspuns: Împrăștierea provine din trândăvie.

**824. Întrebare:** *În ce anume trebuie să găsim alinare atunci când suntem bolnavi?*

Răspuns: Când suntem bolnavi, trebuie să găsim alinare în citirea Sfintei Scripturi și a Vieților Sfinților.

**825. Întrebare:** *Am fost jefuit. Spuneți-mi un cuvânt de mângâiere!*

Răspuns: Îndurarea cu răbdare a pierderii comorilor este echivalentă cu dăruirea de bunăvoie a milosteniei.

**826. Întrebare:** *Ce să fac după ce discut cu aproapele?*

Răspuns: După ce discuți cu aproapele, străduiește-te să-ți amintești tot ceea ce ați discutat: ca pentru cuvintele cele rele și deșarte să te căiești înaintea lui Dumnezeu și pe viitor să nu mai faci aceleași greșeli, iar cele ziditoare de suflet să le repeți la momentul potrivit.



827. *Întrebare: Cum să ne purtăm față de oamenii care osândesc și clevetesc?*

Răspuns: Când oamenii ne osândesc și ne clevetesc, noi nu trebuie să ne supărăm, ci mai degrabă să cercetăm și să vedem dacă nu cumva în acele osândiri există vreun temei.

828. *Întrebare: Uneori mă trezesc noaptea, cum să consider acest lucru?*

Răspuns: Dacă te trezești mai devreme decât ora rânduită, atunci, fără să te lenevești, ridică-te și roagă-te Dumnezeului tău și Sfântului Înger Păzitor care te-a deșteptat.

829. *Întrebare: Care dintre gânduri îl luptă neîncetat pe om?*

Răspuns: Două gânduri îl luptă neîncetat pe om: fie osândirea celorlalți pentru micșorarea nevoițelor lui, fie îngâmfarea datorată propriilor virtuți.

830. *Întrebare: Cum să privim necinstirea, hula, ocara, ispita și nenorocirea?*

Răspuns: Necinstirea este pentru cinste, hula este pentru laudă, ocara este pentru virtute, iar toată ispita și nenorocirea sunt pentru răsplata cea mare.

831. *Întrebare: Cum să privim darurile care sunt date de Domnul?*

Răspuns: Fiecare să se cerceteze pe sine: să vadă ce daruri duhovnicești îi sunt date de Domnul și pe acelea să le înmulțească. Dar esența mântuirii este

una singură: este iubirea pentru Dumnezeu și aproapele.

832. *Întrebare: Nouă ne aparțin aptitudinile și talentele?*

Răspuns: Tot ceea ce avem nu ne aparține nouă. Toate aptitudinile, talentele noastre sunt primite de la Dumnezeu pentru slujirea față de aproapele.

833. *Întrebare: De ce sunt fericiți cei săraci cu duhul?*

Răspuns: Deoarece ei socotesc că sunt nimic și își pun nădejdea numai în mila lui Dumnezeu.

834. *Întrebare: Cum să ne purtăm față de creștinii fățarnici?*

Răspuns: Sfântul Ignatie Teoforul îi roagă pe cei credincioși să fugă de creștinii fățarnici.

835. *Întrebare: În ce moment ne atacă diavolul?*

Răspuns: Diavolul are obiceiul să ne atace în împrejurările grele.

836. *Întrebare: În timpul pravilei de rugăciune mă distrag cei care trec pe lângă fereastră. Ce să fac?*

Răspuns: Când îți săvârșești pravila de rugăciune acasă, lasă perdeaua în jos. Iar dacă te uiți atunci pe fereastră, adu-ți aminte că trebuie să te căiești.

837. *Întrebare: Uneori mi se întâmplă ca după rugăciunile de seară să mănânc sau să beau. Ce să fac după aceea?*



Răspuns: Dacă mănânci după pravila de seară, să rostești iarăși rugăciunile de seară, iar dacă bei, trebuie să faci pentru acest lucru 12 metanii. Iar când ceilalți beau, să nu-i osândești, ci să zici în sinea ta: ah, eu blestematul.

838. *Întrebare: Spuneți-ne o rugăciune împotriva gândurilor rele!*

Răspuns: Doamne, pentru rugăciunile părintelui meu duhovnic (numele lui), izbăvește-mă de gândurile cele rele.

839. *Întrebare: Cum să privim faptele noastre exterioare?*

Răspuns: Nu după faptele exterioare trebuie să ne judecăm, ci după starea sau simțirea lăuntrică.

840. *Întrebare: Uneori aud despre mine tot felul de vorbe și ceilalți râd de mine. Ce să fac?*

Răspuns: Nu te teme de vorbele și batjocurile omenești adresate ție. Aceasta este boală diavolească; gândește-te la ceea ce va spune despre tine Domnul Dumnezeu, la ceea ce vor spune despre tine Îngerii și Sfinții.

841. *Întrebare: Cine este mai plăcut lui Dumnezeu: cel care dobândește virtuți mari sau cel care îndură cu blândețe încercările care îl lovesc?*

Răspuns: Cel ce îndură cu blândețe încercările care îl lovesc este mai plăcut lui Dumnezeu decât cel ce dobândește virtuți mari.

842. *Întrebare: Vreau să fiu smerit. Ce să fac?*

Răspuns: Dacă voiești cu adevărat să fii smerit, dorește-ți cu ardoare să fii ocărât, să fii prigonit, așa cum își dorește cel flămând mâncarea.

843. *Întrebare: Cine îi întărește pe demoni?*

Răspuns: Cel ce îi amenință cu bățul pe câini îi întărește pe aceștia împotriva sa; iar pe demoni îi întărește cel care se silește să se roage des.

844. *Întrebare: Îi putem evita, sub pretextul rugăciunii, pe cei ce caută de la noi folos?*

Răspuns: Nu se cuvine să-i evităm sub pretextul discuției cu Dumnezeu pe cei ce caută de la noi folos, căci dragostea este mai presus decât rugăciunea.

845. *Întrebare: În timpul puternicului atac al gândurilor de mânie și de poftă trupească, ce este de folos să săvârșim?*

Răspuns: Este foarte folositor să săvârșim rugăciunea lui Iisus CU VOCE TARE în timpul atacului puternic al gândurilor de poftă trupească și mânie, când datorită acțiunii lor se înfierbântă și clocotește sângele, iar pacea și liniștea pleacă din inimă.

846. *Întrebare: Când este de folos să ne muștrăm pe noi înșine?*

Răspuns: Să te muștri pe tine însuși când ai conștiința neputințelor tale, pentru a dobândi smerenia.

847. *Întrebare: Cum este înțelept să citim sfintele cărți?*



Răspuns: În timpul citirii lor, să nu lăsați sfintele cărți până când nu extrageți din ele vreo lecție sau vreo regulă pentru viață.

**848. Întrebare: Cum să-mi înfrânez limba?**

Răspuns: Singurătatea este mijlocul pentru înfrânarea limbii.

**849. Întrebare: Cum să dobândim bunăvoința tuturor?**

Răspuns: Dacă voiești să dobândești bunăvoința tuturor, fă întotdeauna cu plăcere orice serviciu.

**850. Întrebare: Cum este înțelept să dormim?**

Răspuns: Trebuie să dormim mai puțin decât ne cere firea: somnul să-l întrerupem cu suspinele și să-l împărțim cu rugăciunea.

**851. Întrebare: Ce trebuie să fac atunci când cineva vorbește rău despre mine?**

Răspuns: Când celălalt vorbește rău despre tine, răzbună-te pe el prin încuviințare și laude.

**852. Întrebare: Cum să mă deprind cu umblarea înaintea lui Dumnezeu?**

Răspuns: Toate să le cugeți, toate să le grăiești, toate să le săvârșești în prezența Domnului. Este nevoie de mult timp și osteneală pentru a te deprinde cu acest lucru, dar este cu putință.

**853. Întrebare: Cum să mă învăț cu pomenirea morții?**

Răspuns: Să-ți închipui mai des că ești fie pe patul morții, fie în coșciug, fie în mormânt. Trebuie să te silești să-ți aduci aminte de moarte vizitând cimitirul, cercetându-i pe cei bolnavi, fiind prezent la sfârșitul și îngroparea celor apropiați, analizând și reînnoind des în memorie diferitele morți ale contemporanilor, auzite și văzute de tine. Cugetarea la moarte să o cerem în rugăciunea către Dumnezeu și cu lacrimi să începem să-L rugăm pe Domnul să ne dăruiască acest har, care nu se compară cu nimic.

**854. Întrebare: Trebuie să ne muștrăm pe noi înșine cu privire la o discuție ziditoare de suflet?**

Răspuns: Da, trebuie să ne muștrăm pe noi înșine și cu privire la discuțiile ziditoare de suflet, pentru a nu cădea în lauda de sine și în îngâmfare: Doamne, nu mă osândi pe mine, cel ce am grăit acestea! În muștrarea de sine se află biruința asupra noastră.

**855. Întrebare: Cum trebuie să ne muștrăm pe noi înșine cu privire la faptele bune?**

Răspuns: Trebuie să ne muștrăm pe noi înșine cu privire la orice faptă bună și să zicem: nu știu dacă este plăcută lui Dumnezeu.

**856. Întrebare: Ce folos îi aduc sufletului muștrările din partea celorlalți?**

Răspuns: Muștrările din partea celorlalți ne învață să avem răbdare.

**857. Întrebare: Când și cum trebuie să rostim cuvintele „iartă-mă”?**



Răspuns: Pentru fiecare cuvânt și fiecare faptă trebuie să spunem „IARTĂ-MĂ” nu din constrângere, ci cu căință și zdrobire de inimă.

**858. Întrebare: Ce trebuie să facem când suntem lăudați?**

Răspuns: Când primești o laudă, este mai de folos să taci.

**859. Întrebare: În ce ordine trebuie să-i destăinuim părintelui duhovnic gândurile noastre?**

Răspuns: Părintelui duhovnic trebuie să-i destăinuim mai întâi gândurile mai importante și apoi pe celelalte, iar nu invers.

**860. Întrebare: Cum este înțelept să ceri iertare?**

Răspuns: Să ceri iertare, cumpănindu-ți greșeala; dacă vezi că greșeala ta este mare, să faci plecăciune, iar dacă ea nu este mare, să ceri iertare cu gura, cu sentimentul căinței sincere: iartă-mă, frate.

**861. Întrebare: Cum să ne purtăm când avem proastă dispoziție?**

Răspuns: Stările sufletești întunecate este mai bine să nu le arătăm celorlalți, pe cât este posibil.

**862. Întrebare: Cum să ne purtăm cu aproapele?**

Răspuns: Să-i cinstești pe toți oamenii ca pe chipul lui Dumnezeu, tuturor să le dorești binele și să le faci bine după puteri, înaintea tuturor să te smerești, tuturor să le faci pe plac în limitele binelui, de cei ce caută de la tine sfat și învățătură să nu ascunzi adevărul atunci când îl știi, iar tu însuși să nu

devii nimănui învățător, ci mai mult decât orice să păstrezi pacea și armonia cu toți, fiind gata să te jertfești oricând pentru acestea.

**863. Întrebare: Când este mai bine să ne îndeletnicim cu sfintele cugetări?**

Răspuns: Cu cugetările la moarte, la iad, la rai, la înfricoșătoarea judecată și la celelalte să te îndeletnicești cel mai mult în timpul nopții. Căci atunci este momentul liniștit și potrivit pentru cugetare. Prin pomenirea acestora, omul se depărtează de păcate și deșertăciunea acestei lumi o dă uitării.

**864. Întrebare: Putem amâna o faptă pentru mai târziu?**

Răspuns: Nici o faptă bună să nu o amâni pentru mai târziu. Să nu crezi că mai târziu o vei face. Orice faptă trebuie săvârșită la vremea sa. Putem cunoaște trecutul, putem orândui prezentul, însă viitorul nu este al nostru: el este al lui Dumnezeu. Așadar, să nu îți fure vrăjmașul nădejdea mântuirii.

**865. Întrebare: În ziua judecății ni se va cere socoteală numai pentru cuvântul deșert?**

Răspuns: În ziua judecății ni se va cere socoteală nu numai pentru cuvântul deșert, ci și pentru deșertăciunile auzite.

**866. Întrebare: Pe cine trebuie în mod deosebit să cercetăm?**



Răspuns: Fii gata să-l cercetezi pe orice om atunci când se află în suferințe, greutate și necazuri.

**867. Întrebare:** *Cum este înțelept să-i îngrijim pe cei bolnavi?*

Răspuns: Să-i îngrijești pe cei bolnavi cu toată răbdarea și sârguința, cu compătimire sinceră, să-l mângâi pe cel suferind cu cuvânt bun, blând și încurajator. Să prinzi momentele prielnice pentru a-i citi ceva dumnezeiesc și ziditor de suflet.

**868. Întrebare:** *Cum să dobândim sentimentele căinței și durerii pentru păcate?*

Răspuns: Sentimentele cele sfinte ale căinței și durerii sincere pentru păcate nu vin în mod gratuit; trebuie să ne trudim, să căutăm aceste lucruri prețioase, să ne însingurăm mai des în cămăruța noastră și acolo, înaintea feței Celui Răstignit și a Preacuratei Maicii Lui, pomenind păcatele noastre, să ne silim spre pocăință și spre zdrobirea inimii.

**869. Întrebare:** *Când Îi sunt îndeosebi plăcute lui Dumnezeu faptele noastre bune?*

Răspuns: Faptele noastre bune Îi sunt îndeosebi plăcute lui Dumnezeu atunci când în timpul săvârșirii lor avem sentimentul căinței sincere.

**870. Întrebare:** *Care dintre jertfele celui muribund Îi este plăcută lui Dumnezeu?*

Răspuns: Unii dau diferite dispoziții spre a fi respectate după moartea lor, alții lasă testamente, însă asemenea jertfe nu se pot compara nici pe

departe cu cea pe care o pot face cu propriile lor mâini.

**871. Întrebare:** *Cum să alungăm frica vrăjmașă și tristețea?*

Răspuns: Pentru alungarea fricii vrăjmașe și a tristeții este izbăvitor să citim cu voce tare psalmii lui David, căci ei îi alungă pe demoni. Și mai izbăvitoare de atacul diavolesc este citirea Sfintei Evanghelii.

**872. Întrebare:** *Observ că în timpul faptelor bune întâmpin ispite. Ce să cred?*

Răspuns: În timpul oricărei fapte plăcute lui Dumnezeu există, datorită lucrării vrăjmașului, ispite; și cu cât este mai mântuitoare fapta respectivă, cu atât mai puternic se năpustește vrăjmașul asupra omului, ca să nimicească fapta lui cea bună.

**873. Întrebare:** *Prin ce se dobândește frica de Dumnezeu?*

Răspuns: Frica de Dumnezeu se dobândește prin rugăciune fierbinte către Dumnezeu și prin cugetările dese la despărțirea sufletului de trup și la viața viitoare, care sunt inevitabile pentru fiecare dintre cei ce viețuiesc pe pământ.

**874. Întrebare:** *Putem atunci când greșim să ne supărăm pe noi și să cântim împotriva noastră?*

Răspuns: Dacă nu ai îndeplinit ceva sau ai greșit cu ceva, să nu vă supărați și să nu cântiți deloc împotriva voastră, ci să recurgeți imediat la smerenie. Să-I cereți Domnului iertare. Și așa să faceți mereu: ba să cereți ajutor, ba să cereți iertare.



875. *Întrebare: Cum să privim îndreptățirea de sine?*

Răspuns: Îndreptățirea de sine îl coboară pe om în iad, iar tăierea ei îl duce la smerenie.

876. *Întrebare: Prin ce se alungă râsul?*

Răspuns: Râsul se alungă prin pomenirea lui Dumnezeu și a înfricoșătoarei judecăți.

877. *Întrebare: Cum să privim gătelile făcute pentru a atrage privirile celorlalți?*

Răspuns: Gătelile îl supără pe Dumnezeu.

878. *Întrebare: Ce influență are asupra omului somnul prea mult?*

Răspuns: Omul somnoros este la fel ca o plantă aflată la umbră: moale, abătut, palid și anemic.

879. *Întrebare: Putem spune răul spre povățuire?*

Răspuns: Dacă ai aflat ceva rău, nu-l spune celorlalți nici măcar sub pretextul povățuirii. Răul nu zidește, ci răzvrătește și nu dă exemplu bun. Așadar, să nu grăiască buzele tale faptele cele rele ale oamenilor.

880. *Întrebare: Care dintre virtuți sunt mai înalte: cele sufletești sau cele trupești?*

Răspuns: Întrucât sufletul este cu mult mai presus decât trupul, într-atât și virtuțile sufletești, îndeosebi cele următoare lui Dumnezeu, sunt mai înalte decât virtuțile trupești, iar patimile sufletești

sunt mai grele și mai dăunătoare decât cele trupești, deși nu știu de ce acest lucru scapă din vederea multora. Fug de beție, de desfrâu, de hoție, dar se uită cu indiferență la patimi mult mai importante, precum cele sufletești – invidia, pomenirea răului, mândria, viclenia și iubirea de argint - rădăcina tuturor relelor.

881. *Întrebare: De câte feluri sunt gândurile?*

Răspuns: Gândurile sunt de trei feluri: omenеști, îngerești și diavolești. Gândurile îngerești sunt bune întotdeauna și în inimă există pace și liniște, chiar o oarecare veselie. Iar gândurile diavolești sunt păcătoase întotdeauna și în inimă se simte tulburarea. Gândurile diavolești sunt de mânie, de desfrâu, de iubire de argint, de slavă deșartă, de mândrie și de celelalte patimi și în inimă există întotdeauna tulburare.

882. *Întrebare: Ce folos îi aduce trupului postul?*

Răspuns: Sfinții Părinți, insuflați de Sfântul Duh, au rânduit posturile atât pentru folosul nostru sufletesc, cât și pentru folosul cel trupesc. Dacă toți ar mânca numai mâncare de dulce, grasă, fără să o schimbe, s-ar putea plictisi de ea și așteptarea praznicului nu le va putea aduce celor ce nu postesc acea bucurie pe care le-o aduce celor care țin postul, nu numai pe cel trupesc, ci și pe cel duhovnicesc. Înfrânându-ne de la mâncare, trebuie să ne înfrânăm și de la patimi.



**883. Întrebare:** *Vreau să-mi fac asigurare pentru viață. Ce mă sfătuiți?*

Răspuns: Cu privire la asigurarea pentru viață – scrie Sfântul Ambrozio de la Optina în scrisoarea 70 – nu vă pot da sfaturi: nicăieri în sfintele cărți nu am citit despre acest lucru. El nu ține de mintea mea; aici se manifestă numai neîncrederea în pronia lui Dumnezeu și teoria noastră de a ne asigura pe noi și familiile noastre într-un mod artificial. Eu nu vă pot interzice, dar nici sfat nu vă pot da, cu atât mai mult binecuvântare. Noi avem un mijloc mai bun de asigurare – porunca lui Dumnezeu. Căutați mai întâi Împărăția lui Dumnezeu și dreptatea Lui, și toate acestea vi se vor adăuga vouă.

**884. Întrebare:** *Am primit o epistolă „sfântă”. Ce să fac?*

Răspuns: Să nu ai încredere în această epistolă; în ea este scris neadevărul și nimic important nu conține; Biserica nu a acceptat epistoliile „sfinte” pentru că sunt apocrife. Noi avem cuvântul lui Dumnezeu, Sfânta Evanghelie și epistolele Apostolilor, învățăturile Sfinților Părinți. Acolo găsiți adevărul și viața. Nu vă temeți de blestemul scrisorilor false. Ardeți-le și stați liniștiți!

**885. Întrebare:** *Ce este înșelăciunea?*

Răspuns: Fiecare om este supus într-o măsură mai mare sau mai mică înșelăciunii, datorită naturii sale neputincioase, păcătoase. Ai crezut că ai vorbit bine, că ai făcut bine – iată înșelăciunea. Ți-ai făcut visuri despre darurile, despre talentele tale – iată

iarăși înșelăciunea. Ai primit lauda, te-ai desfătat cu ea – și aceasta este înșelăciune. Sfinții Părinți deosebesc în această privință două feluri de înșelăciune duhovnicească în toată amplexarea ei. Primul fel are loc atunci când omul începe să-și închipuie că Îl vede pe Domnul, pe Maica lui Dumnezeu, pe Îngeri, pe duhuri și se socotește vrednic de asemenea vedenii.

Al doilea fel de înșelăciune are loc atunci când omul crede despre sine că are viață duhovnicească înaltă, că este un extraordinar postitor, înaintevăzător, făcător de minuni, că este capabil să săvârșească nevoințe mari, că este chemat să-i învețe și să-i conducă pe oameni. Acest fel de înșelăciune se numește părere, deoarece în acest caz omul crede despre sine anumite lucruri. Fiecare fel de înșelăciune duhovnicească este, totuși, o stare foarte dăunătoare pentru duhul nostru. Ea se întemeiază pe mândria duhovnicească a omului, adică tocmai pe acel păcat din pricina căruia a căzut și primul înger. Iată de ce se străduiește satana atât de mult să-i atragă în mândrie duhovnicească pe toți robii lui Dumnezeu. Da, cei ce doresc să ducă o viață duhovnicească trebuie să se ferească cel mai mult de înșelăciune. Trebuie, în același timp, să ții minte că înșelăciunea începe deseori fără să-ți dai seama. Să nu dea Dumnezeu să crezi despre tine ceva mareț, de exemplu că te deosebești de ceilalți, că ceilalți se minunează de nevoințele tale, că tu îi influențezi pe oameni și așa mai departe. Pentru a evita această înșelăciune duhovnicească trebuie să ții minte cu



tărie că numai sentimentul pocăinței, smerenia unită cu frica de Dumnezeu zidesc în noi o stare duhovnicească sănătoasă. De asemenea, legătura permanentă cu părintele duhovnic pentru a duce o viață duhovnicească ne mântuiește.

**886. Întrebare:** *Care este folosul cugetării la iad?*

Răspuns: În Pateric se povestește despre un stareț care, dându-și seama că este păcătos, în fiecare dimineață, îndată ce se trezea, cobora cu mintea la păcătoșii din iad, cugetând la chinurile de acolo, la veșnica tortură, la scrâșnirea dinților și așa mai departe, și se ruga să fie izbăvit de ele. Stareții ceilalți au recunoscut că lucrarea acestui stareț este cea mai de folos și de nădejde. Sfântul Siluan Athonitul a spus: „Ține mintea ta în iad și nu deznădăjdui!”.

**887. Întrebare:** *Cum să privim nevoințele tainice săvârșite fără știrea părintelui duhovnic?*

Răspuns: Iată ce îi scrie Sfântul Ambrozio de la Optina unei nevoitoare: îmi descrii cu sinceritate nevoințele tale tainice, pentru care nu ai luat binecuvântare, dar nevoințele săvârșite după propria voie sunt și primejdioase, și vătămătoare de suflet. Dacă acest lucru este bun, atunci de ce este tăinuit de părintele duhovnic? Ia seama! Ai un singur suflet și un singur cuget? Există primejdia de a-l vătăma și pe unul, și pe celălalt; iar cursele vrăjmașului sunt pretutindeni, se înțelege, sub înfățișarea binelui și a folosului sufletesc. Văd că ai căzut în cursa căutării desăvârșirii, uitând desăvârșirea pocăinței!

**888. Întrebare:** *Ce psalmi trebuie să citim mai des atunci când suntem prizoniți de vrăjmași?*

Răspuns: Când ești prigonit de vrăjmași, citește psalmii: 3, 53, 142 și 58. Alege-ți din acești psalmi cuvintele care ți se potrivesc și citește-le mai des, adresându-te lui Dumnezeu cu credință și cu smerenie. Iar când te va lupta tristețea sau îți va chinui sufletul mâhnirea nemăsurată, citește psalmul 101.

**889. Întrebare:** *Cum trebuie să privim înfrânarea?*

Răspuns: Orice lipsă și orice constrângere sunt evaluate înaintea lui Dumnezeu după spusele din Evanghelie: Împărăția lui Dumnezeu se ia cu asalt și cei ce se silesc pun mâna pe ea. Cei ce încalcă cu îndrăzneală și cu de la sine putere pravilele postului se numesc vrăjmași ai crucii, iar dumnezeul lor este pântecele lor. Alt lucru este dacă cineva încalcă postul din pricina bolii sau a neputinței trupesti. Datorită postului, sănătatea este mai bună și mai puternică și, mai mult decât acestea, este mai durabilă, chiar dacă la înfățișare oamenii par slabi. Datorită postului și înfrânării, nici trupul nu se mai răzvrătește atât, nici somnul nu mai biruie atât, iar gândurile deșarte pătrund mai puțin în minte și cărțile duhovnicești sunt citite mai cu plăcere și sunt înțelese mai bine (Sfântul Ambrozio de la Optina).

**890. Întrebare:** *Este de folos sufletului să citim în primejdii psalmul 90?*



Răspuns: Multe exemple ne arată că citirea cu credință a psalmului Cel ce locuiește în ajutorul îi apără pe cei ce îl citesc de multe primejdii, iar dacă cineva, ca să nu îl uite, cu credință în ajutorul lui Dumnezeu poartă la sine acest psalm scris, nu există nimic rău în acest lucru. Un ofițer avea la gât icoana Sfântului Nicolae cu acest psalm scris: glonțul a străpuns tunică, a ajuns la hârtiuță, însă nu a vătămat nici icoana, nici hârtiuța.

**891. Întrebare:** *Deseori auzim cum cei necredincioși iscodesc cele nepătrunse: cum este Dumnezeu în trei Persoane, unde se află iadul și multe altele asemănătoare acestora. Ce să facem?*

Răspuns: După cuvântul Sfântului Ioan Scărarul, este mare nenorocire să iscodim judecățile cele nepătrunse ale lui Dumnezeu și cine îndrăznește să facă acest lucru duce lipsă de smerenie și dă dovadă de trăsătura opusă, adică de mândrie. Evanghelia începe și se termină cu același lucru: „pocăiți-vă!”. Dar noi ne lenevim să facem pocăință și în locul acesteia ne apucăm să iscodim ceea ce este mai presus de noi și ceea ce nu ni se cere deloc.

**892. Întrebare:** *Cum să mă dezvăț de fumat?*

Răspuns: Iată sfatul Sfântului Ambrozio de la Optina: „vă sfătuiesc să folosiți împotriva acestei patimi un leac duhovnicesc: să vă spovediți în amănunt de toate păcatele săvârșite de la șapte ani și până în prezent, să vă împărtășiți cu Sfintele Taine, să citiți în fiecare zi stând în picioare câte un capitol sau mai mult din Evanghelie; iar când vine ispita, să

citiți iarăși până când aceasta va trece și, dacă va veni iarăși, iarăși să citiți din Evanghelie sau, în locul acesteia, să faceți când sunteți singuri câte 33 de metanii mari în amintirea vieții pământești a Mântuitorului”.

**893. Întrebare:** *Au caracterele importanță înaintea lui Dumnezeu?*

Răspuns: Să știți: caracterele au importanță numai după judecata omenească și de aceea fie sunt lăudate, fie sunt dojenite; însă după judecata lui Dumnezeu, caracterele, ca trăsături firești, nu sunt nici încurajate, nici dojenite; Domnul se uită la buna intenție și la silirea spre bine și prețuiește împotrivirea față de patimi, chiar dacă omul uneori, din pricina neputinței, este biruit de ceva. Și iarăși lucrul acesta este judecat numai de El, Singurul Care știe tainele inimii, conștiința omului, puterea lui firească spre bine și împrejurările de care este înconjurat acesta.

**894. Întrebare:** *În timpul rugăciunii mă năpădește frica. Ce să fac?*

Răspuns: Frica ce vine în timpul rugăciunii să o consideri ispită de la vrăjmașul, care se străduiește să îl abată de la rugăciune pe cel care își dorește să se roage. Când începi rugăciunea, să te îngrădești cu semnul crucii și să continui să te rogi. Cu timpul, prin mila lui Dumnezeu, te vei izbăvi de această ispită dacă te vei mânia mai puțin pe ceilalți și te vei abține de la judecarea altora.



**895. Întrebare: Care sunt mai rele: datoriile sau păcatele?**

Răspuns: Datoriile sunt mai rele decât păcatele: pentru păcate te pocăiești și Dumnezeu te iartă, dar pentru datorii ești chinuit nu numai în viața aceasta, dar și în viața viitoare. Însă de acest lucru să ne izbăvească Domnul.

**896. Întrebare: Cum să îndurăm ispitele astfel încât să-i fie de folos sufletului?**

Răspuns: Dacă cineva va îndura ispita cu răbdare, ea va trece fără să-l vatăme; iar dacă el se va mâhni, va cârți și va învinui pe altul, făcând pentru sine ispita mai grea, nu va face decât să se chinuie și nu va dobândi folos, ci pagubă; căci ispitele sunt foarte folositoare pentru cel care le îndură fără cârtire.

**897. Întrebare: Ce sunt călugărul „exterior” și călugărul „lăuntric”?**

Răspuns: Cel ce s-a lepădat de toate cele lumești, de exemplu de femeie, avere și celelalte, l-a făcut călugăr pe omul exterior, dar pe cel interior încă nu. Călugăr adevărat este cel care s-a lepădat de toate gândurile pătimase și de omul lăuntric, adică de cugetul său. Pe omul exterior, oricine voiește, îl poate face ușor călugăr, dar nu puțină nevoință se cere în a-l face călugăr pe omul interior.

**898. Întrebare: Ce să fac când se înmulțesc în mine gândurile întinate?**

Răspuns: De fiecare dată când încep să se înmulțească în noi gândurile pătimase, să trântim în mijlocul lor chemarea Domnului nostru Iisus Hristos și atunci le vom vedea imediat dispărând ca fumul în văzduh.

**899. Întrebare: Când se întunecă mintea și rămâne fără rod?**

Răspuns: Mintea se întunecă și rămâne fără rod atunci când cel ce dorește să se mântuiască (îndeosebi monahul) fie poartă discuții despre lucruri lumești, fie discută în gând cu sine însuși despre ele, fie trupul și mintea lui se îndeletnicesc în chip deșert cu ceva material, fie se dedă deșertăciunilor. Atunci pierde imediat înflăcărarea, zdrobirea de inimă, îndrăzneala către Dumnezeu și vederea lui Dumnezeu. Cu cât mai atent ne păzim mintea, cu atât mai mult ne luminăm. Și cu cât suntem mai neglijenți, cu atât mai mult ne întunecăm.

**900. Întrebare: Ce folos dobândește creștinul din pomenirea morții?**

Răspuns: Din această pomenire iau naștere lepădarea de griji și de toate deșertăciunile, paza minții și rugăciunea neîncetată, nelipirea de trup, lepădarea de păcat și aproape orice virtute izvorăște din ea. De aceea, să fie pomenirea morții la fel de nedespărțită de noi precum ne este și suflarea.

**901. Întrebare: Îi putem cerceta pe bolnavii care nu cred în Dumnezeu?**



Răspuns: Îi putem cerceta pe bolnavii de alte credințe, chiar și pe cei necredincioși, numai dacă nu există vreun pericol pentru suflet. În caz contrar, să nu mergeți!

**902. Întrebare:** *Cum să se apere cei credincioși de rătăcirii?*

Răspuns: Apostolul Pavel dă un singur răspuns: trebuie să ne ținem de învățătura propovăduită. Acest răspuns se află în toate epistolele lui.

**903. Întrebare:** *Nu mă pot îndrepta deloc. Ce să fac?*

Răspuns: Ce să faci? Tot timpul suntem neîndreptați înaintea lui Dumnezeu. Trebuie să ne rugăm pentru acest lucru. Știi ce scrie în viața Sfântului Macarie cel Mare: „Cu înfocare trebuie să strigăm către Dumnezeu ca El să se milostivească de noi și să ne ajute, pentru că noi, prin puterile noastre și prin noi înșine, nu putem face nimic bun. Dar dacă ne vom ruga mai des, dacă Îl vom sâcăi pe Dumnezeu, dacă vom striga cu înfocare și cu smerenie mare, Domnul ne va ajuta” (Sfântul Iosif de la Optina).

**904. Întrebare:** *Ce să fac de vreme ce nu știu dacă am fost botezat sau nu în copilărie?*

Răspuns: Trebuie să fii botezat, dar să se folosească formula: „Dacă nu a fost botezat”...

**905. Întrebare:** *Ce să facem cu icoanele vechi, deteriorate, cu prescurile stricate și cu artosul alterat?*

Răspuns: Să le ardeți în soba bisericii. Dar, dacă de la o icoană veche poate fi folosit lemnul, ea poate fi reînnoită sau se poate picta o nouă icoană.

**906. Întrebare:** *Putem scrie numele unui sinucigaș pe pomelnic și să ne rugăm pentru odihna sufletului lui?*

Răspuns: În pravilele bisericești nu există nici un temei pentru acest lucru, deoarece persoanele lipsite de înmormântarea creștină, de obicei, sunt lipsite și de rugăciunile Bisericii. În general sunt lipsiți de rugăciunile Bisericii cei de alte credințe, cei nebotezați, cei ce au murit în necredință (Sfântul Teofan Zăvorâtul) și femeile ce au murit în timpul avortului (deoarece nu au reușit să se căiască pentru acest păcat).

**907. Întrebare:** *Cum să înțelegem corect Sfânta Scriptură?*

Răspuns: Sfânta Scriptură o pot înțelege corect numai cei curați la inimă. Ei pricep voia și intenția lui Dumnezeu exprimate în Scriptură, iar pentru oamenii cu inima necurățită de păcate, ea le este piatră de poticnire. De aceea trebuie să-i citim pe Sfinții Părinți, căci ei, în operele lor, ne explică sensul Sfintei Scripturi.

**908. Întrebare:** *Cine sunt cei care se căiesc în mod fățarnic?*

Răspuns: Se căiește în mod fățarnic: 1) cel ce rămâne în dușmănie și nu voiește să se împace cu dușmanul său; 2) hoțul, atunci când nu voiește să



înapoieze cele furate; 3) oricine își tăinuiește fărădelegea înaintea părintelui duhovnic; 4) oricine nu voiește să se lepede de deprinderile păcătoase.

**909. Întrebare:** *Le putem împărtăși celorlalți tainele noastre și îi putem primi pe toți la noi?*

Răspuns: A expune tainele mântuirii înaintea oricărui om pe care-l întâlnim și a-i primi în egală măsură pe toți oamenii care nu au nici viață curată, nici rațiune sănătoasă ar însemna să vărsăm într-un vas necurat mir de mult preț.

**910. Întrebare:** *Ce trebuie să facem atunci când ne apar gânduri care ne laudă?*

Răspuns: Când vrăjmașul ne insuflă gânduri de laudă la adresa noastră, trebuie să ne amintim păcatele de dinainte pentru a ne smeri.

**911. Întrebare:** *Mă chinuie gândul: „Oare mă va ierta Domnul?”*

Răspuns: Îmi scrii: „Oare mă va ierta Domnul?” Acesta este un gând diavolesc, care te sperie potrivit răutății lui. Să nu-l asculți. Nu există păcat care să întreacă milostivirea lui Dumnezeu (Schimonahul Ioan).

**912. Întrebare:** *Ce să facem când supărăm pe cineva?*

Răspuns: Preasfințitul Inochentie Hersonski era sensibil și se putea supăra pe cineva, și putea și el însuși să supere pe cineva: în asemenea cazuri stingea nemulțumirea cu daruri.

**913. Întrebare:** *Ce rugăciune este mai bine să rostim atunci când ne aflăm în primejdie?*

Răspuns: Cel mai bine este să rostim rugăciunea „Tatăl nostru” în toate situațiile care ne pun viața în primejdie și ne amenință chiar cu moartea.

**914. Întrebare:** *Pot vizita ortodocșii, îndeosebi slujitorii altarului, o moschee?*

Răspuns: Ca episcop, nu am dreptul să vizitez moscheile turcești (Mitropolitul Pitirim al Petrogradului).

**915. Întrebare:** *Ce este blândețea falsă?*

Răspuns: Este blândețea fățarnică, prefăcută, pentru slava din partea oamenilor și este arătată pentru un timp. Însă aceasta este neplăcută lui Dumnezeu și vătămătoare de suflet pentru om.

**916. Întrebare:** *Ce înseamnă „discuția cu sufletul”?*

Răspuns: Trebuie neapărat ca în fiecare zi să ne retragem câtva timp pentru a cugeta la faptul că ni se apropie deja ceasul în care sufletul nostru trebuie să se despartă de trup – și ce soartă îl așteaptă după ieșirea din trup? O asemenea cugetare, o asemenea „discuție cu sufletul” ne determină să ne gândim la sufletul nostru și la nimicnicia tuturor celor pământești, a celor trecătoare și să ne îndreptăm cu duhul spre cele cerești.

**917. Întrebare:** *Putem lua ceva de la cineva dacă ni se dă?*



Răspuns: Poți și să primești. Acesta este și un semn al smereniei, precum spune avva Dorotei, dar, dacă nu ai nevoie, atunci, desigur, este mai bine să nu iei.

**918. Întrebare:** *Prin ce greșim atunci când citim despre oamenii sfinți?*

Răspuns: Foarte des greșim când gândim că oamenii sfinți, viața ascetică sunt ceva depărtat de noi, la care nu putem ajunge. Prin acest lucru ne mărginim singuri. În falsa noastră smerenie socotim că sfințenia este destinul numai al unora, însă viața sfântă, curățirea sufletului sunt datorită fiecăruia dintre noi.

**919. Întrebare:** *De ce unii oameni duhovnicești nu îi poftesc pe ceilalți să șadă pe patul lor?*

Răspuns: Da, oamenii cu adevărat înțelepți nu sfătuiesc pe oricine să șadă pe patul lor pentru a nu fi influențați în rău de oamenii respectivi.

**920. Întrebare:** *De la ce vârstă trebuie să înceapă copiii să postească?*

Răspuns: Nu există regulă. Însă în fiecare familie cu adevărat creștină, problema aceasta se rezolvă foarte simplu: postesc părinții, postesc și copiii și, dacă sunt sănătoși, încep să postească de la o vârstă foarte fragedă.

**921. Întrebare:** *Care este cea mai importantă osteneală în viața duhovnicească?*

Răspuns: Este osteneala pe care o săvârșești cu inima ta, ca ea să-i ierte pe vrăjmași, să nu se răzbune nici măcar cu gândul, să răsplătească pentru rău cu bine.

**922. Întrebare:** *Care mânie este dreaptă?*

Răspuns: Mânia este dreaptă în cazul în care este îndreptată spre păcat, spre fărădelege, spre încălcarea legii și apare în noi în mod firesc ca produs al râvnei pentru slava lui Dumnezeu, fiind însoțită nu de ură sau de răutate, ci de iubire deplină și de compătimire față de aproapele și având un singur țel: să-l mântuiască pe cel păcătos. „Dacă cineva se mânie pe drept, pentru mustrare și din râvnă duhovnicească, acela să nu fie osândit” (Fericitul Teofilact al Bulgariei), iar orice altă mânie să fie osândită cu fermitate.

**923. Întrebare:** *Sunt plăcute lui Dumnezeu faptele bune săvârșite din constrângere?*

Răspuns: Orice fel de constrângere, chiar dacă are scopul de a-l determina pe om să săvârșească binele, necondiționat, este interzis de Biserică, deoarece constrângerile irită și învârtosează caracterul omului, neaducându-i nici un folos celui constrâns, căci binele săvârșit de nevoie nu este virtute creștină.

**924. Întrebare:** *De ce se clatină credincioșii?*

Răspuns: Și pe cei credincioși îi clatină vorbele necredincioșilor din pricină că cei credincioși, mulțumindu-se cu simpla credință, nu își explică



temeiurile credinței (adică nu citesc cărți sfinte, nu-i întreabă despre credință pe credincioșii înțelepți, pricepuți și citiți). Vorbele necredincioșilor îi iau prin surprindere, de aceea se și clatină (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**925. Întrebare:** *Cum să își schimbe omul numele dacă la botez i-a fost dat un altul greșit (de exemplu: neortodox sau nume bărbătesc pentru fată)?*

Răspuns: Persoana căreia trebuie să i se schimbe numele să se spovedească și să se împărtășească cu Sfintele Taine, iar în timpul spovedaniei și al împărtășaniei să i se dea un nume nou (Mitropolitul Filaret al Moscovei).

**926. Întrebare:** *Ce trebuie să știm atunci când îi ducem pe copii la biserică?*

Răspuns: Atunci când îi ducem pe copii la biserică, trebuie să supraveghem atent purtarea lor și să nu-i lăsăm să-i împiedice cu țipătul și alergătura lor pe cei mari care se roagă.

**927. Întrebare:** *De ce ne sfătuiesc asceții să ne concentrăm în noi înșine?*

Răspuns: Creștinului i se cere să se concentreze în sine însuși pentru a nu fi distras de lume și a nu fi împrăștiat din pricina mulțimii lucrurilor și fenomenelor înconjurătoare, și pentru a face rugăciuni scurte sau a se îndeletnici cu meditația dumnezeiască.

**928. Întrebare:** *Poate cununa preotul un ortodox cu un catolic, luteran și, în general, cu un sectant?*

Răspuns: Cununia cu un sectant este posibilă numai în cazul trecerii acestuia la ortodoxie.

**929. Întrebare:** *Ne putem ruga pentru un binefăcător creștin de alt cult, putem cinsti memoria lui?*

Răspuns: În toate cazurile în care apare întrebarea despre pomenirea ortodoxă a unui creștin de alt cult, ar trebui să amintim că mitropolitul Filaret al Moscovei nu a negat posibilitatea unei asemenea pomeniri, însă a pus două condiții pentru săvârșirea ei: să nu fie publică (adică pomenirea să fie făcută numai acasă) și cel răposat să fi fost lipsit în timpul vieții de dispreț față de credința și Biserica ortodoxă.

**930. Întrebare:** *Se cuvine să ne riscăm viața sau trebuie să ne păzim de o moarte timpurie?*

Răspuns: Atunci când Dumnezeu nu ne hotărăște în chip vădit moartea sau când moartea noastră nu-i aduce folos nici credinței, nici Bisericii, nici aproapelui, nici societății, putem crede, oare, că Dumnezeu, Cel ce „nu voiește moartea păcătosului”, le dorește oamenilor o moarte timpurie? Citim că Sfântul Atanasie cel Mare a fugit de multe ori de prigonitorii care îi căutau moartea. Sfântul Policarp al Smirnei a ieșit din templul care amenința să se prăbușească și care după ieșirea lui i-a doborât pe mulți. Însuși Domnul le-a poruncit ucenicilor Săi să nu se expună primejdiei mai înainte de vreme și, când vor fi alungați dintr-un oraș, să fugă în altul.



**931. Întrebare: Care sunt cele mai importante bunuri duhovnicești?**

Răspuns: Cele mai importante bunuri duhovnicești pe care ni le-a dăruit Dumnezeu în Biserică sunt credința, rugăciunea, spovedania și împărtășania cu Sfintele Taine. La fel de importante sunt postul și binefacerile față de aproapele (Sfântul Ioan de Kronstadt).

**932. Întrebare: Trebuie neapărat ca toți să avem un îndrumător pentru viața duhovnicească? Nu este de ajuns, așa cum spun unii, să citim cărți duhovnicești?**

Răspuns: Când vrem să-i învățăm pe copiii noștri carte, de ce îi dăm la școală și angajăm profesori care tâlcuiesc ceea ce este scris în cărți? Ce-ar fi dacă le-am da numai cărțile și manualele și i-am lăsa să învețe singuri, fără profesori? Și acest lucru îl facem pentru studierea științelor în decursul a câtorva ani, cu toate că științele sunt de folos numai în această viață scurtă, trecătoare. Cât de mult disprețuiesc oamenii sufletul cel nemuritor atunci când spun că nu au nevoie de îndrumător pentru viața duhovnicească! (Starețul Alexandru Ghetsimanski).

**933. Întrebare: Ce dobândește creștinul când citește cărțile Sfinților Părinți?**

Răspuns: Atunci când citim aceste cărți, sfinții discută cu noi și, prin scrierile lor, ne povățuiesc și vorbesc cu noi.

**934. Întrebare: Cum să privim spiritismul?**

Răspuns: Spiritismul este lucrarea diavolului. Prin urmare, și chemarea spiritelor este diavolească și închinătoare la diavoli.

**935. Întrebare: Este ziditor de suflet să cântăm acasă cântări duhovnicești?**

Răspuns: Desigur, este ziditor de suflet. Decât să cântăm cântece lumești, pătimase, mai bine să cântăm cântări duhovnicești. Citim în viața Sfântului Dimitrie de Rostov că la porunca lui, în ultimele ceasuri ale vieții, i s-au cântat cântări duhovnicești. Acest lucru arată însemnătatea lor pentru zidirea sufletească. Cântări precum „Tu ești Dumnezeul meu, Iisuse” și „Iisuse al meu preaiubit” sunt cântări care întotdeauna pot aduce hrană inimii și minții.

**936. Întrebare: Cum îi privește Biserica pe copiii născuți din părinți necununăți?**

Răspuns: În Biserica Ortodoxă fiecare persoană este apreciată după valoarea ei morală, iar nu după păcatele părinților ei, chiar dacă aceste păcate apasă într-un anumit fel asupra acesteia. Dumnezeu lucrează pedagogic, pedepsindu-i pe părinți prin încercările copiilor lor. Oricum, Taina Sfântului Botez șterge păcatele celui botezat, indiferent dacă părinții acestuia sunt sau nu cununăți.

**937. Întrebare: Care este semnul distinctiv al omului duhovnicesc?**



Răspuns: Omul duhovnicesc este ocupat cu Dumnezeu și mai puțin se îndeletnicește cu lucrurile lumești.

**938. Întrebare: Ce folos îi aduce sufletului păstrarea multor icoane în casă?**

Răspuns: Cu cât mai mult se află în camerele noastre icoane frumoase, imagini și tablouri sfinte, portrete ale persoanelor duhovnicești, fotografii ale mănăstirilor și bisericilor, cu atât mai folositor va fi pentru sufletul nostru, cu atât mai ușor îi va fi să lupte cu necurăția lui, cu atât mai ușor îi va fi să biruiască patimile, încercările și ispitele, cu atât mai ușor îi va fi să ajungă sus. Și invers: imaginile urâte, imorale, vor pune sufletul în contact cu puterea întunecată. Pe acestea nici nu trebuie să le țină omul în casă, ci trebuie să le ferească de această urâtenie pe toate acele suflete care s-ar putea uita vreodată la ele.

**939. Întrebare: Care este cea mai importantă pomenire pentru cei răposați?**

Răspuns: Proscomidia este cea mai importantă pomenire, căci particulele scoase pentru răposați se afundă în sângele lui Hristos și prin această mare jertfă se curățesc păcatele.

**940. Întrebare: Când citim locurile din Psaltire unde se vorbește despre vrăjmași, despre ce vrăjmași este vorba?**

Răspuns: Trebuie să înțelegem vrăjmașii nevăzuți: duhurile cele rele și viclene, care ne chinuie cu gândurile păcătoase și ne îndeamnă la păcat.

**941. Întrebare: Interdicția episcopului care nu este potrivită cu voia lui Dumnezeu atrage după sine pierderea harului pentru cei pedepsiți?**

Răspuns: Numai acea interdicție a episcopului care este potrivită cu voia lui Dumnezeu atrage după sine pierderea harului. Iar dacă nu se întâmplă așa, nu numai că harul nu se ia și nu se depărtează de la cei pedepsiți, ci însăși viața bisericească dovedește că toate aceste acțiuni nu sunt acceptate de Biserică chiar dacă ar fi săvârșite de sinoade bisericești sau de înșiși patriarhii și episcopii ortodocși.

**942. Întrebare: Ce folos dobândește omul pentru sufletul său din citirea cărților sfinte?**

Răspuns: Datorită citirii cu atenție a Sfintelor Scripturi – spun Sfinții Părinți –, viața omului se îndreptează, sufletul de patimi se curățește, mintea se luminează și inima se aprinde de dragoste pentru Dumnezeu.

**943. Întrebare: Cu ce cugetări îl biruiește sufletul pe vrăjmașul nevăzut și se păzește de el?**

Răspuns: Cu șase cugetări: la Dumnezeu, la pătimirile lui Hristos, la ceasul ieșirii noastre din trup, la ziua judecății, la chinul veșnic și la viața veșnică. Astfel, sufletul dreptului îl biruie pe vrăjmaș și așa se păzește de el.

**944. Întrebare: Ce este virtutea trezviei?**

Răspuns: Aceasta este mai întâi de toate atenția încordată față de suflet, autoanaliza permanentă a propriei stări sufletești, atenția față de conștiință, față



de propriile fapte, cuvinte, gânduri, priviri, constatarea ispitelor. Sfântul Ioan de Kronstadt a spus despre sine: în neîncetatele ispite lăuntrice a trebuit să-mi îndrept în permanență atenția spre interiorul meu pentru a vedea atacurile vrăjmașilor lăuntrici și a-i alunga cu rugăciunea cea tainică.

**945. Întrebare:** *Lucrează duhul cel rău prin oamenii răi?*

Răspuns: Vrăjmașul mântuirii îi folosește pe „unii oameni ca pe niște instrumente ale răutății lui” (Starețul Arsenie Athonitul).

**946. Întrebare:** *Orice știință este mântuitoare pentru suflet?*

Răspuns: Nu orice știință este plăcută lui Dumnezeu și mântuitoare pentru suflet. Știința este sfântă atunci când omul află despre Dumnezeu și despre îndatoririle lui față de El din cuvântul lui Dumnezeu: să Te cunoască pe Tine, adevăratul Dumnezeu; când află, de asemenea, despre taina sufletului său pentru mântuirea lui, cum să-și biruiască patimile, cum să-și mântuiască sufletul. Nu este păcat să cunoaștem potrivit chemării noastre un meșteșug, o meserie. Dar există și o știință păcătoasă – curiozitatea. Aceasta are loc, de exemplu, atunci când oamenii insistă să afle ceva despre soarta lor alergând la vrăjitori, la spirițiști, ghicind după hărți și stele și așa mai departe; când află din cărți necredința primejdioasă sufletului, dragostea necurată; când vor să afle tainele celor apropiați, fără a fi obligați să facă acest lucru; când sufletul lor nu se

ocupă cu ei înșiși, ci află păcatele nu ale lor, ci ale altora; când vorbesc în deșert și când află tainele vecinilor. Sfinții Părinți spun că această curiozitate este marele păcat din pricina căruia a pierit Eva. Preotul Pavel Florenski a scris: „Osândim lăcomia când este vorba de mâncare. Dar de ce nu osândim în acest caz lăcomia cu privire la cunoștințele lumești (noutăți, literatură laică, politică și altele) și nu o socotim patimă?!”. A înfrâna lăcomia față de cunoștințe este o virtute asemănătoare celei care constă în a pune frâu poftelor trupului. Pe lângă aceasta, pierdem timp prețios și puteri pentru dobândirea înțelepciunii.

**947. Întrebare:** *Spuneți-ne ce ne este îngăduit în caz de nevoie?*

Răspuns: Sfântul Tihon de Zadonsk spune că, dacă de nevoie unui om flămând i s-ar întâmpla să mănânce chiar și carne de cal mort, nu ar păcătui. În caz de nevoie, Biserica le îngăduie preoților să săvârșească liturghia acasă (sau în pădure) în vreme de prigoană; să prohodească în lipsa celor răposați; să-i împărtășească pe bolnavii care au vărsături doar cu o mică părticică (Sfântul Dimitrie de Rostov spune că și în cea mai mică părticică se află Hristos întreg); mirenii drept-credincioși pot să-i boteze pe mirenii nebotezați (în cazul primejdiei de moarte); să reducă postul pentru femeile însărcinate, pentru cele ce alăptează și pentru cei ce se află la munci grele; celor neputincioși, celor bolnavi și celor bătrâni să le înlocuiască făgăduința făcută lui Dumnezeu în fața duhovnicului cu altă făgăduință și așa mai departe.



**948. Întrebare: Cum să-i educăm pe copii?**

Răspuns: Sfântul Episcop Teofan Zăvorâtul spune: nepăsarea față de copii este cel mai mare dintre toate păcatele și în el se află necredința în cel mai mare grad... O mamă, luată la un moment dat în lumea de dincolo de mormânt, este judecată mai mult pentru fiul ei decât pentru propriile păcate... Copiilor trebuie să li se ierte ușurătatea și neatenția, dar nu și răutatea și viclenia... Deseori părinții se tem să-i facă pe copii să plângă, chiar și după ce aceștia greșesc, și mai târziu sunt nevoiți ei înșiși să plângă din pricina copiilor lor... În educație nu este nevoie nici de blândețe prea mare, nici de asprime. Este nevoie de înțelepciune... Nu este înțelept cel care știe să pedepsească, ci cel care știe să-i prevină pe copii asupra greșelilor... Nu-i lăsa fiului tău nici bogăție, nici aur, nici argint, ci lasă-i știința creștinismului; nu o casă luxoasă, ci știința de a răbda; nu prieteni vestiți, ci prieteni buni, religioși. Părinții trebuie să-l familiarizeze toată viața pe copil cu obiceiurile Bisericii. Dintre acestea fac parte, după cum ne arată episcopul Teofan: aducerea deasă a copiilor la biserică, închinarea lor înaintea Sfintei Cruci, a Sfintei Evanghelii, a icoanelor, însemnarea deasă cu semnul crucii, stropirea cu aghiasmă, tămâierea, însemnarea cu crucea a leagănului, a hranei și a tot ceea ce are legătură cu copiii, blagoslovenia preotului, maslurile... Se întâmplă ca mamele să-și aducă copiii la biserică, să-i împărtășească și să nu le spună nimic în prealabil nici despre Dumnezeu, nici despre locul și motivul pentru care îi duc acolo. Ele

stau, se roagă lui Dumnezeu, dar copiilor nu le acordă atenție deloc. Nu le interesează dacă ei aleargă pe lângă ele sau dacă stau cu spatele la sfintele icoane și îi cercetează pe cei de alături. Cea mai mare bogăție pe care le-o putem da copiilor noștri este aceea de a-i educa bine.

**949. Întrebare: I se iartă păcatele celui păcătos dacă el nu își spune la spovedanie rugăciunile și păcatele?**

Răspuns: Este de neînțeles practica unor preoți de a rosti rugăciunea de dezlegare fără să asculte spovedania. Aceasta înseamnă prefacerea Sfintelor Taine în magie: preotul rostește rugăciunea de dezlegare și, gata, se crede că toate păcatele sunt iertate. Este mare păcat și din partea celui ce se spovedește, și din partea preotului, care desființează astfel Sfânta Taină. Se poate întâmpla astfel încât preotul să spună: „Te iert și te dezleg”, iar Domnul să spună: „Iar Eu te osândesc”.

**950. Întrebare: Se poate lua taxă (bani) pentru citirea psaltirii pentru cei răposați?**

Răspuns: Dacă începi să citești Psaltirea pentru cei răposați și iei bani pentru acest lucru, nu folosește la nimic (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**951. Întrebare: Este bine să îl lauzi pe om în față?**

Răspuns: Unul dintre Sfinții Părinți a spus că a lăuda este totuna cu a-i pune piedică celui ce se grăbește (Sfântul Teofan Zăvorâtul).



952. *Întrebare: Cum să socotim cuvintele sectanților potrivit cărora Hristos este cu ei?*

Răspuns: De pe limba lor se aude doar „Hristos este în noi, Hristos este în noi”, dar în realitate nici o urmă a prezenței Lui nu se vede în ei. O eretică spune, chipurile, că simte în ea harul. Fără taine este cu neputință să ai acest har, însă prin autoînșelare este posibil să crezi acest lucru.

953. *Întrebare: Procedează corect cel care tâlcuiește Evanghelia după mintea lui?*

Răspuns: Sigur că nu procedează corect. Trebuie să-i citească pe tâlcuitori – pe Sfinții Bisericii, cum este fericitul Teofilact al Bulgariei. Cine citește Evanghelia, dar tâlcuiește strâmb cele citite, răstălmăcește Evanghelia. Unuia ca acesta Evanghelia nu-i slujește spre folos și faptul că ține în mâini Evanghelia nu îl izbăvește de osânda pentru necunoașterea adevărului.

954. *Întrebare: Cum să înțelegem din Evanghelie pilda Mântuitorului despre iconomul cel înțelept?*

Răspuns: Mântuitorul spune cam așa: „Vedeți cum a procedat acest iconom? Nu a început să se tânguie, să se văicărească sau să aștepte ca nenorocirea să se năpustească cu toată greutatea pe capul lui, ci îndată ce a aflat că îl amenință nenorocirea, s-a apucat de treabă și a izbutit să o înlăture. Așa să izbutiți și voi să înlăturați principala nenorocire care vă amenință. Care nenorocire? Acea că sunteți păcătoși; iar pentru păcate, ce vă așteaptă?

Osânda și starea aceea în care veți fi mai nenorociți decât orice nenorocit. Acum vă aflați exact în aceeași situație în care se afla și iconomul. Acuși veți fi părăsiți, adică va veni moartea și vă va pune într-o situație amarnică. Nu vă lăsați în seama nepăsării, nu vă petreceți timpul în zadar, ci vă îngrijiți să înlăturați nenorocirea și să vă asigurați viitorul. Cum? Prin binefaceri și milostenii” (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

955. *Întrebare: Prin ce ne luptă în chip deosebit duhul cel rău?*

Răspuns: Vrajmașul luptă împotriva noastră prin gânduri, pervertind mintea și inima și împovărându-le cu patimile față de care ne înrobim, iar prin descoperirea gândurilor înaintea starețului dobândim iertare și învățătură duhovnicească despre cum putem birui lumea, trupul și pe diavol (Starețul Ilarion).

...Dar în gândurile rele nu ni se consideră nici un păcat atunci când voința și mintea nu consimt față de ele și, mai mult, le urăsc și nu le voiesc și, chiar dacă ele ne vin în minte, noi le depărtăm.

956. *Întrebare: Pot fi importante lucrările nevăzute?*

Răspuns: Fără lucru nu trebuie să fim nici o clipă. Însă există lucrări săvârșite în chip văzut cu trupul și există lucrări tainice, nevăzute. Și acestea sunt adevăratele lucrări. Prima dintre ele este pomenirea neîncetată a lui Dumnezeu împreună cu



rugăciunea inimii. Pe aceasta, nimeni nu o poate vedea; totuși, persoanele care au această stare sufletească se află în lucrare încordată neîncetată. Și acesta este singurul lucru de folos.

**957. Întrebare:** *De ce este important să ne închinăm?*

Răspuns: Creștinul fără semnul crucii este ca ostașul fără armă. Vrajmașul îi poate face rău după cum vrea. Cine își face semnul crucii, acela îl mărturisește fără cuvinte pe Domnul Iisus Hristos, Care pentru noi a îndurat răstignirea și moartea pe cruce și prin acestea ne-a răscumpărat. Cu semnul crucii se sfințesc toate tainele cele dumnezeiești și tot cu el se săvârșește sfințirea oricărui lucru necesar vieții.

**958. Întrebare:** *Care este prima îndatorire a credinciosului față de Dumnezeu?*

Răspuns: Prima îndatorire a credinciosului este să se curățească de patimi pentru a fi gata să intre în biserica lui Dumnezeu Celui în trei ipostasuri (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**959. Întrebare:** *În ce constă evlavia față de Dumnezeu?*

Răspuns: Evlavia noastră trebuie să corespundă nu volumului lucrărilor săvârșite, ci persoanei lui Dumnezeu, spre Care se îndreaptă. Fie că cineva cădește, fie că citește și cântă, fie că face altceva, dacă face aceste lucruri cu nepăsare, va fi judecat asemenea celor ce săvârșesc lucrarea lui Dumnezeu

cu nepăsare. La fel și dintre cei ce sunt prezenți în Biserică: fie că cineva stă în picioare, fie că face metanii, fie că pune o lumânare, fie că mănâncă o prescură, dacă face aceste lucruri cu nepăsare, tot atât de mult greșește și aceleiași judecăți se supune (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**960. Întrebare:** *Cum să-l privim pe cel care nu se spovedește și nu se împărtășește cu Sfintele Taine?*

Răspuns: Să-ți scrii pe inimă: cine se înstrăinează de Sfintele Taine, acela este fără har, adică nu îl are pe Duhul Sfânt. Iar cine nu îl are pe Duhul Sfânt, acela nu este al lui Hristos (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**961. Întrebare:** *De ce, vizitând mănăstirile, mulți nu dobândesc folos duhovnicesc și le osândesc?*

Răspuns: Să știți că în fiecare mănăstire sunt două feluri de viață: unul obișnuit, lumesc – călugării umblă, vorbesc, mănâncă, beau, dorm și așa mai departe; iar altul strict monahal, trăit în rugăciune, post, citirea Cuvântului lui Dumnezeu, meditații dumnezeiești și lupta cu patimile. La vedere este numai primul, iar al doilea nu se vede și este intenționat ascuns, chiar și de ai lor, nu numai de cei străini, cum sunteți voi. Nevăzând acest fel de viață, puteți trage concluzia: ce monahism este acesta? Iată de ce sunt ocărăți monahii și monahiile! Pentru că oamenii văd numai latura lumească a vieții; iar pe cea monahală, adevărată, nu o văd, ei aflându-se în



mănăstiri doar ca vizitatori (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**962. Întrebare:** *Ne putem ruga fără carte de rugăciuni și Psaltire?*

Răspuns: Fără citirea psaltirii sau a cărții de rugăciuni nu trebuie să ne aflăm. Prin acestea se înflăcărează inima, așa cum prin aruncarea lemnului se întetește focul slab din sobă. Însă atunci când inima se încinge și un anumit simțământ pune stăpânire pe tot sufletul, trebuie să lăsăm cititul și să ne rugăm cu rugăciunea noastră (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**963. Întrebare:** *Unde să căutăm învățătură?*

Răspuns: Orice învățătură să o căutați în cărțile Sfinților Părinți și în rugăciune... Există Îngerul Păzitor. Domnul îi poruncește să-i spună sufletului ceea ce trebuie (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**964. Întrebare:** *Ce folos avem din îndeletnicirea cu rugăciunea lui Iisus?*

Răspuns: „Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă” este o rugăciune verbală, ca orice altă rugăciune. Toată puterea o împrumută din starea sufletească pe care o avem atunci când o rostim... Rodul ei constă în adunarea gândurilor, în evlavie și frica de Dumnezeu, în pomenirea morții, în împăcarea cugetului și într-o anumită căldură a inimii. Toate acestea sunt roadele firești ale rugăciunii launtrice... Pe lângă rugăciunea lui Iisus, meditația dumnezeiască este la fel de necesară: altfel,

aceasta rămâne hrană uscată. Este bine să i se lege cuiva de limbă numele lui Iisus. Dar se poate, în același timp, să nu își aducă aminte de Domnul și să păstreze gânduri potrivnice Lui (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**965. Întrebare:** *Care este cel mai bun moment pentru rugăciune?*

Răspuns: Noaptea este cel mai bun moment pentru rugăciune... Mai ales miezul nopții.

**966. Întrebare:** *Putem citi Evanghelia șezând?*

Răspuns: Putem citi Evanghelia șezând, dar să nu ni se împruțineze evlavia.

**967. Întrebare:** *Ce înseamnă a avea conștiința curată în privința lucrurilor materiale?*

Răspuns: Înseamnă a nu abuza de ele, ci a le folosi cu măsură.

**968. Întrebare:** *Ce înseamnă a lucra în ascuns?*

Răspuns: Înseamnă a nu face nimic la vedere. Feriți-vă prin toate mijloacele să nu vi se cunoască faptele bune. Acestui lucru trebuie să i se alăture uitarea faptelor bune și a osteneților voastre (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**969. Întrebare:** *Cum să ne purtăm față de cei de alte credințe?*

Răspuns: Legătura, de care vă temeți, cu cei de alte credințe se înțelege că nu este lumească, ci religioasă: nu trebuie să întrețineți legături cu ei în ceea ce privește credința, tainele sau rugăciunile.



Dacă vin la voi pentru ceva, trebuie să-i ajutați... Înșă nu aveți de ce să căutați prietenia lor, iar atunci când se întâmplă să fiți împreună, nu trebuie să vă încruntați la ei (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**970. Întrebare:** După ce mă trezesc, nu pot nicidecum să mă ridic dintr-o dată din pat. Ce să fac?

Răspuns: Împotriva neputinței, despre care mi-ați scris în ultima scrisoare, cel mai bun mijloc este să vă împingeți singur jos din pat (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**971. Întrebare:** Pot intra în mănăstire dacă am soție?

Răspuns: Singur trebuie să-ți dai seama, să vezi cum să procedezi – să intri în mănăstire sau nu. Tu spui: soția îmi dă voie. Dar ești căsătorit. Așa că vrei să intri în mănăstire chiar dacă ai soție. Oare și ea va pleca la mănăstire? Nu știu cum să te sfătuiesc (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**972. Întrebare:** Ce să fac atunci când năvălesc gândurile hulitoare?

Răspuns: Cu privire la gândurile hulitoare, trebuie să ne pară rău și să ne căim înaintea Domnului; dar să nu ne descurajăm și să nu credem că din pricina acestora vom pieri. Dacă nu voiți aceste gânduri, îndepărtați-vă de ele și atunci Dumnezeu nu Se va mânia pe voi. Rugați-vă lui Dumnezeu să-l alunge pe vrăjmașul. Spovediți-vă mai des duhovnicului. Și vrăjmașul va fugi. El se

lipește de voi cu aceste gânduri atunci când vede că sufletul se intimidează. Dar, când vede că sufletul este curajos și pricepe cursele lui, se dezlipește imediat.

**973. Întrebare:** Ce este important când facem metanii și rugăciuni?

Răspuns: Țineți minte că nu cuvintele și metaniile sunt importante, ci ridicarea minții și a inimii către Dumnezeu. Este posibil să roștiți tot ceea ce ați scris și să faceți toate metaniile rânduite, iar de Dumnezeu să nu vă amintiți deloc sau doar așa, în împrăștierea gândului și în rătăcirea minții. Și, prin urmare, să săvârșiți pravila de rugăciune fără să vă rugați. Atunci rugăciunea voastră este păcat înaintea lui Dumnezeu.

**974. Întrebare:** Ce este chemarea?

Răspuns: Chemarea – faptul de a te îndrepta către Dumnezeu are loc uneori nu dintr-o anumită nevoie, ci doar din dorința fierbinte de Dumnezeu. În orice măsură și în orice fel s-ar manifesta această chemare, niciodată nu trebuie să o lași nesatisfăcută, ci imediat să te îndrepti spre rugăciune și să te rogi în acea stare în care te-a găsit chemarea: dacă ești la lucru, în timpul lui să te și rogi; dacă citești, în mijlocul cititului să te rogi; dacă ești în mers, mergând, să te rogi. Dar, desigur, este mai bine și mai roditor să stai într-un loc de rugăciune și să adopți o poziție de rugăciune dacă se poate. Dacă în timpul rugăciunii ia naștere această chemare,



încetează rostirea rugăciunii și roagă-te potrivit acestei chemări, cu cuvintele tale sau fără cuvinte.

**975. Întrebare:** *Cum să deosebim crucea ortodoxă de cea catolică?*

Răspuns: Pe crucea ortodoxă Mântuitorul este pironit cu patru cuie, iar pe cea catolică cu trei (un picior peste celălalt cu un singur cui). Ascetul Gheorghe Zăvorâtul scrie: „mărturisiți împreună cu Biserica Ortodoxă că Iisus Hristos a fost pironit nu cu trei, ci cu patru cuie”.

**976. Întrebare:** *Este corect să se săvârșească botezul prin stropirea cu apă de sus și nu prin cufundare?*

Răspuns: Mitropolitul Ciprian (1406) le-a scris locuitorilor din Pskov: „Iar faptul că până acum i-ați botezat pe copii ținându-i în brațe și stropindu-i cu apă de sus nu a fost corect” (Și este cu neputință să fie rebotezați).

**977. Întrebare:** *De ce Biserica l-a excomunicat pe scriitorul Lev Tolstoi?*

Răspuns: Pentru că a îndrăznit să scrie o nouă evanghelie, care este o falsificare a adevăratei Evanghelii. Apostolul Pavel a scris: Dar chiar dacă noi sau un înger din cer v-ar vesti altă Evanghelie decât aceea pe care v-am vestit-o, să fie anatema! (Gal. 1, 8). Programul lui era: 1) nu te împotrivi răului: chiar dacă ești bătut, înjunghiat, prădat, taci și rabdă...; 2) judecățile nu sunt necesare; 3) nici poliția, nici armata; toate acestea sunt violatoarele libertății;

căsătoria, la el, nu exista; 4) războiul este potrivnic lui Dumnezeu, iar armata nu este necesară.

Tolstoi este vrăjmașul lui Dumnezeu, este sluga satanei (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**978. Întrebare:** *Cum să socotim păcatul mic, care este repetat des?*

Răspuns: Un asemenea păcat este apropiat de cel de moarte. Să comparăm păcatul cel mare cu o piatră mare și păcatul mic cu firele de nisip. O cantitate mare de nisip poate fi uneori mai grea decât piatra. De exemplu: minciuna nu este un păcat de moarte. Totuși, dacă este repetat des, îl lipsește pe om de harul lui Dumnezeu și merită pedeapsă (cf. Ps. 5, 6).

**979. Întrebare:** *Cum putem izbuti să nu fim împrăștiați la rugăciune?*

Răspuns: Acest lucru este cu putință dacă nu lăsăm sufletul să fie trândav, nici să petreacă timpul în zadar, ci în cugetarea la Dumnezeu și la lucrurile și darurile Lui, de asemenea în spovedanie, aducând mulțumire pentru toate.

**980. Întrebare:** *Ce folos pentru suflet dobândește omul din citirea sau din ascultarea Cuvântului lui Dumnezeu?*

Răspuns: Cine ascultă sau citește Cuvântul lui Dumnezeu și iubește discuțiile despre lucrurile duhovnicești acela îi procură sufletului mari și mântuitoare bunuri. Prin grija pentru acest lucru îi putem face pe plac lui Dumnezeu, iar buzele noastre,



atunci când le folosim pentru discuții duhovnicești, nu se întinează cu reproșuri, cu osândiri, cu vorbe rușinoase și cu batjocuri. Devenim înfricoșători pentru demoni atunci când înarmăm limba noastră cu asemenea discuții (Sfântul Ioan Gură de Aur).

**981. Întrebare:** *Ce putere au rugăciunile săvârșite noaptea?*

Răspuns: Domnul Se apleacă spre milă îndeosebi datorită rugăciunilor săvârșite noaptea (Sfântul Ioan Gură de Aur).

**982. Întrebare:** *Ce trebuie să-I cerem lui Dumnezeu la rugăciune?*

Răspuns: Roagă-te să-ți dăruiască lacrimi ca, prin plâns, să înmoi cruzimea din sufletul tău, să-ți dea chibzuință, să te ajute să te curățești de patimi și să fii izbăvit de toată ispita și părăsirea.

**983. Întrebare:** *Cum să te porți dacă ți se spune că ești înapoiat?*

Răspuns: Ești înapoiat cu privire la unele lucruri (la cele lumești), dar ești avansat în alte lucruri (în cele duhovnicești) și în altele cu mult mai înalte. Dacă, lepădându-te de deșteptăciunea lumească, nu ai izbuti să dobândești înțelepciunea lui Dumnezeu, ar fi o mare pagubă. Însă, dacă te desăvârșești în înțelepciunea lui Dumnezeu, nu vei suferi nici o pagubă, ci vei dobândi mari avantaje. Deșteptăciunea lumească este vremelnică, iar înțelepciunea dumnezeiască dăruiește viață veșnică (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**984. Întrebare:** *Prin ce trebuie să se exprime bunăvoința față de oameni?*

Răspuns: Binevoitor este numit omul care în purtarea față de aproapele este amabil, prietenos, blând și doritor de bine (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**985. Întrebare:** *Este foarte dureros să vedem și să auzim cum își bat joc unii de cei care doresc ca prin spovedanie deasă înaintea duhovnicului să-și îndrepte viciile lor. Ce să facem?*

Răspuns: Vrajmașul mântuirii omenești își revarsă răutatea asupra celor ce-I slujesc Domnului Dumnezeu. El înțelege marele folos pe care îl dobândește omul pentru suflet prin spovedania faptelor sale... Dar, fără îndoială, trebuie să mergi o dată la spovedania generală, unde îți amintești toate păcatele ca să primești leacul potrivit pentru toate patimile sufletești. Acest lucru îl faci mult mai ușor prin supravegherea permanentă asupra ta însuși și prin spovedania permanentă înaintea duhovnicului tău (Ieroschimonahul Alexandru Ghetsimanski).

**986. Întrebare:** *Ce să facem după plecarea musafirilor?*

Răspuns: După ce i-ați condus pe musafiri și ați rămas singuri, trebuie să vă ocupați imediat de suflet, să curățiți degrabă cele semănate în el și să-l readuceți iarăși înaintea Domnului în stare de evlavie (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**987. Întrebare:** *Ce să fac ca să mă întăresc în credință?*



Răspuns: Ascultă cuvântul lui Dumnezeu, predicile și învățăturile, mergi mai des la biserică, citește cuvântul lui Dumnezeu, pe Sfinții Părinți, caută-i și întreabă-i pe cei pricepuți în cele duhovnicești, discută și intră în legătură cu cei credincioși, bogați în credință, roagă-te și strigă către Dumnezeu să-ți dea credință, viețuiește în credință, spovedește-te și împărtășește-te mai des cu Sfintele Taine (Sfântul Teofan Zăvorâtul). Credința se păstrează prin îndepărtarea de discuțiile și legăturile cu oamenii răi și desfrânați.

**988. Întrebare: Ce să facem cu lucrurile găsite?**

Răspuns: Dacă găsești bani și lucruri care nu sunt ale tale, caută-l pe proprietar și înapoiază-i ceea ce ai găsit, iar dacă nu îl găsești pe acesta, dă-le unui sărac sau du-le la biserică, pentru că ele sunt avuția lui Dumnezeu (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**989. Întrebare: Care cruce este exterioară și care este interioară?**

Răspuns: Crucea exterioară constă în batjocurile vădite care vin din partea celorlalți, în reproșuri, ocări și clevetiri, iar cea interioară constă în luptele cu gândurile și dorințele rele (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**990. Întrebare: Ce importanță are scopul în fapte?**

Răspuns: Faptele neînsemnate dobândesc valoare datorită scopului. Adică: datorită scopului bun devin bune și datorită scopului rău devin rele...

Orice lucru este bun atunci când este săvârșit cu scop bun. Și arsenicul poate fi medicament binefăcător pentru om, dar, în același timp, este și otravă mortală. Așa și cultura, știința, învățământul, trebuie să aibă un scop bun pentru a fi binefăcătoare pentru neamuri și omenire, altfel, fără Dumnezeu, pot fi ca arsenicul (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**991. Întrebare: În ce constă adevărata pocăință?**

Răspuns: Adevărata pocăință constă nu numai în a-i spovedi sincer părintelui duhovnic păcatele tale, dar și în a nu te mai întoarce la ele; și nu numai în a nu te mai întoarce la păcate, dar și în a plânge cu inima zdrobită pentru cele pe care le-ai săvârșit înainte; și nu numai în a plânge pentru ele, dar și în a le îndrepta prin faptele, ostenelile pocăinței și, totodată, prin osteneli care nu numai să egaleze păcatele săvârșite de tine, ci să le și întreacă.

**992. Întrebare: Tuturor trebuie să li se dea să citească aceeași literatură?**

Răspuns: Contemplarea lucrurilor duhovnicești și înțelegerea laturii duhovnicești a vieții creștine sunt inaccesibile pentru unele persoane și de aceea nu trebuie să le dați cărți cu opere ascetice.

**993. Întrebare: Care este prima fericire a omului?**

Răspuns: Prima fericire a omului este să se nască într-o familie ortodoxă evlavioasă sau să fie educat de învățători evlavioși.



**994. Întrebare:** *Cum să ne izbăvim de gândurile rele?*

Răspuns: Nu există mijloc mai bun decât a alunga amintirile rele prin amintiri bune... Cât de mult ajută în acest caz învățarea pe de rost a versetelor din Sfânta Scriptură nici nu se poate spune (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**995. Întrebare:** *Schimbarea locului Îl apropie pe Dumnezeu de noi?*

Răspuns: Schimbarea locului nu Îl apropie pe Dumnezeu de noi. Totuși, locul potrivit ne oferă multe înlesniri pentru mântuire.

**996. Întrebare:** *Putem să profităm și să ne eliberăm de strâmtorări atunci când avem posibilitatea să ne îndepărtăm de ele?*

Răspuns: „Strâmtorările sunt de la Dumnezeu... Trebuie să le îndurăm și să fim recunoscători. Dar, dacă avem posibilitatea să ne îndepărtăm de ele, și acest lucru este de la Dumnezeu, nu este nici un păcat să profităm de ea și să ne eliberăm de strâmtorări” (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**997. Întrebare:** *Care sunt cele trei însingurări?*

Răspuns: Starețul meu m-a învățat: „La început să te înveți să nu ieși deloc din chilie, apoi să nu ieși din chilie cu gândurile, iar în chilie să te îndeletnicești cu citirea Cuvântului lui Dumnezeu, cu rugăciunea, cu meditația dumnezeiască, cu rucodelia... Apoi, mi-a spus el, să te ocupi cu ceea ce se petrece înlăuntrul tău. Și, în cele din urmă, să te

închizi în inimă și să stai acolo singur cu Domnul, alungând gândurile ca pe niște muște și țânțari (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**998. Întrebare:** *Cum să mă port cu ereticii?*

Răspuns: Nu te împrieteni cu ereticii, nu mânca și nu bea împreună cu ei, nu te lăsa însoțit de ei pe drum, nu intra nici în casa, nici în adunarea lor.

**999. Întrebare:** *Există vreo diferență între a greși intenționat și a greși din pricina patimii și a neputinței?*

Răspuns: Este o diferență foarte mare între a greși intenționat, datorită înclinației spre păcat, și a greși din pricina patimii și a neputinței, deși ai înclinația să-I faci pe plac lui Dumnezeu. Este foarte mare diferență între a duce o viață păcătoasă și a te poticni din pricina neputinței, din pricina unei molimi păcătoase atunci când mergi pe calea lui Dumnezeu (Sfântul Ignatie Briancianinov).

**1000. Întrebare:** *Stăpânirile, conducerile sunt de la Dumnezeu?*

Răspuns: Instituția puterii este lucrarea lui Dumnezeu, iar faptul că în ea sunt îngăduiți oameni împătimiți și nu o folosesc așa cum trebuie depinde de imoralitatea oamenilor (Sfântul Ioan Gură de Aur).



## ANEXĂ

### ***Întrebare: Cum să izbândesc în bine?***

Răspuns: Dacă vrei să izbândești în bine, folosește-te de sfaturile oamenilor înțelepți care au frică de Dumnezeu.

***Întrebare: Uneori oamenii îmi cer să mă rog pentru ei, dar eu nu mă pot ruga nici pentru mine. Ce să fac?***

Răspuns: Nu renunța la rugăciunea pentru ceilalți sub pretextul temerii că nu te poți ruga pentru tine. Teme-te de faptul că nici pentru tine nu te poți ruga dacă nu te rogi pentru ceilalți (Mitropolitul Filaret al Moscovei).

***Întrebare: Ne putem ruga sfinților pentru cei răposați?***

Răspuns: Ne sunt deja cunoscute cuvintele rostite din partea celor răposați la parastasul cel mare: „Pe Acela, mucenițelor, cu sânguință rugați-L dezlegare datoriilor noastre să ne dăruiască”. Și, în general, Biserica își încheie rugăciunile săvârșite pentru cei răposați cu strigarea către Maica Domnului.



**Întrebare:** *Căderile au loc numai cu fapta?*

Răspuns: Cu privire la căderi, trebuie să înțelegem că sunt de toate felurile: din pricina gândurilor, a cuvintelor, a intențiilor, a nepăsării și a lenei (Sfântul Macarie de la Optina).

**Întrebare:** *Cum să înțelegem cuvintele evanghelice: „Cine se va rușina de Mine în neamul acesta desfrânat, de acela Mă voi rușina și Eu”?*

Răspuns: Nu trebuie să ne rușinăm, ci să mărturisim numele lui Hristos: prin semnul crucii, prin neînălăturarea crucii de la piept atunci când trebuie să mergem la doctor, prin discuțiile despre cele sfinte și bune; nu trebuie să tăcem din rușine atunci când este călcată în picioare credința ortodoxă. Noi ne rușinăm adesea să mărturisim credința în Hristos din pricina unor obiceiuri neînsemnate ale lumii, din pricina lașității și a fricii de a nu trece printre cei cunoscuți drept înapoiți, fanatici, așa cum îi numesc de obicei oamenii „lumii acesteia” pe cei care vor să se poarte cu cinste față de îndatoririle lor creștinești; ne temem să ne închinăm înaintea și după masă, să ne descoperim cu evlavie capetele atunci când trecem pe lângă o biserică și ne temem să ne împodobim locuințele cu sfintele icoane.

**Întrebare:** *Cum trebuie să-l pomenim pe cel răposat?*

Răspuns: Pentru acest lucru ne dă exemplu Sfânta și Dreapta Iuliana. Când au murit Vasile și Evdochia, ea a dat pentru odihna sufletelor lor

milostenie din belșug (există și milostenie duhovnicească: împărțirea cărților duhovnicești pentru odihna sufletelor celor răposati), a dat prin biserici sărindare și timp de 40 zile a pus mese pentru monahi, preoți, văduve, orfani și săraci și, de asemenea, a trimis donații bogate la cei din închisori.

**Întrebare:** *Cu cât este mai prețioasă milostenia duhovnicească față de cea trupească?*

Răspuns: Cu cât este mai prețios sufletul față de trup, cu atât este mai înaltă milostenia duhovnicească față de cea trupească.

**Întrebare:** *Ce trebuie să știm atunci când ne aflăm în apropierea celor îndrăciți?*

Răspuns: Când vă aflați în apropierea celor îndrăciți, trebuie să fiți foarte prudenți și să nu-l lăsați pe vrăjmașul să vă insufle acele gânduri, potrivit cărora sunteți foarte iubitori de Dumnezeu, aveți harul lui Dumnezeu și altele. Vrăjmașul insuflă toate acestea pentru ca omul să creadă despre el că viețuiește în chip plăcut lui Dumnezeu, nu ca ceilalți. Omul care primește aceste gânduri pierde toată răsplata de la Dumnezeu (Starețul Arsenie Athonitul).

**Întrebare:** *În ce perioadă este mai bine să citim cărțile despre pătimirile Mântuitorului?*

Răspuns: Citirea cărților despre pătimirile Mântuitorului este foarte necesară mai ales în Postul Mare și în vremea necazurilor (Starețul Arsenie Athonitul).



**Întrebare:** *Ce suntem sfătuiți să citim împotriva tristeții și a deznădejdiei?*

Răspuns: Împotriva tristeții și a deznădejdiei cu privire la milostivirea lui Dumnezeu suntem sfătuiți să citim Acatistul Preadulcelui Iisus (Starețul Arsenie Athonitul).

**Întrebare:** *Când suntem obosiți și avem nevoie de odihnă, trebuie să ne silim spre nevoințe?*

Răspuns: Când sunteți obosiți, nu trebuie să vă siliți spre nevoințe. Dacă nu îi veți da trupului vostru odihnă și în timpul oboselii vă veți sili spre rugăciune, niciodată nu veți avea pace sufletească.

**Întrebare:** *Se spune că trebuie să știu să mă rabd pe mine însumi. E adevărat?*

Răspuns: Schimonahia Ardaliona a spus că trebuie să învățăm și modul în care să ne răbdăm pe noi înșine. Da, și trebuie să ne ostenim foarte mult pentru acest lucru. De exemplu, omul este nedrept față de sine și se cere din partea lui biruința asupra propriilor patimi și se mâhnește, se frământă și se supără pe el însuși atunci când vede că îl iau în stăpânire tocmai acele patimi de care s-a hotărât să se lepede. Însă este dreaptă această supărare pe sine însuși? Nu. Prin puterea sa, omul niciodată nu va putea să-și biruiască patimile: ele sunt biruite în noi de puterea lui Dumnezeu. De aceea trebuie să-I cerem Domnului ajutor în rugăciune și trebuie să ne smerim în neputințele noastre, nu să ne supărăm pe noi înșine.

**Întrebare:** *Se spune: teme-te de obiceiul cel rău mai mult decât de vrăjmași. De ce?*

Răspuns: Dacă obiceiul cere ceva o dată și cerința lui nu este îndeplinită, altă dată îl găsești mai slab. Timpul hrănește și obiceiul cel bun și pe cel rău, așa cum lemnele alimentează focul.

**Întrebare:** *Cum este înțelept să pomenim păcatele noastre?*

Răspuns: Păcătosul care se căiește trebuie să aibă mare prudență atunci când își pomeneste păcatele dinainte pentru ca în locul căinței și al smereniei să nu se nască din această pomenire tristețea sau desfătarea pătimasă.

**Întrebare:** *Ce deosebire există între religie și știință?*

Răspuns: Religia este pomul vieții, iar știința este pomul cunoașterii binelui și răului. Religia este legătura cu Dumnezeu, iar știința este legătura cu universul.

**Întrebare:** *Ce mai putem face, în afară de rugăciune, pentru cei ce ne ocărăsc?*

Răspuns: Cuviosul Serafim de Sarov a poruncit să dăm la altar o lumânare pentru sănătatea și mântuirea celor ce ne ocărăsc. Dați și pomelnice la biserici pentru sănătatea lor.

**Întrebare:** *De ce după săvârșirea păcatului trebuie să ne căim imediat și nu să purtăm păcatul în noi?*



Răspuns: Păcatul alungă harul lui Dumnezeu. Orice păcat necurățit prin pocăință ne atrage imediat prin greutatea lui spre alt păcat, și acest lucru deseori îl uităm.

*Întrebare: Ce folos ne aduce întrebuințarea prescurii și a aghiasmei?*

Răspuns: Când omul folosește prescură și aghiasmă, nu se apropie de el duhul necurat, sufletul și trupul i se sfințesc, gândurile se însuflețesc spre a-l face pe plac lui Dumnezeu și omul este înclinat spre post, rugăciune și toate virtuțile (Gheorghe Zăvorâtul din Zadonsk).

*Întrebare: Întrețin corespondență cu cunoscuții mei: în scrisori sunt multe vorbe deșarte?*

Răspuns: Pentru a vă liniști în Domnul, nu v-ar plăcea să renunțați la toată corespondența care nu este de folos pentru împăcarea cugetului vostru cu cuvântul lui Dumnezeu? (Gheorghe Zăvorâtul din Zadonsk).

*Întrebare: Prin ce se curățește sufletul de păcate?*

Răspuns: Sufletul se curățește de păcate prin citirea Psaltirii și prin milostenie (Gheorghe Zăvorâtul din Zadonsk).

*Întrebare: Pentru ce trebuie să ne căim?*

Răspuns: În primul rând, pentru propriile păcate; în al doilea rând, pentru păcatele la care i-am dus pe cei apropiați prin îndemn, sminteală sau

exemplu rău; în al treilea rând, pentru acele fapte bune pe care le-am fi putut săvârși și nu le-am săvârșit; în al patrulea rând, pentru acele fapte bune de la care i-am abătut pe cei apropiați; pentru toate aceste fapte trebuie să ne cercetăm conștiința și să-L rugăm pe Dumnezeu să o lumineze (Sfântul Ioan Gură de Aur).

*Întrebare: Au vreo importanță sentimentul și tonul pe care le avem atunci când vorbim cu aproapele nostru?*

Răspuns: Desigur. Pe aproapele nostru îl putem supăra nu numai prin cuvinte, dar și prin tonul vocii, prin maniera în care rostim cuvintele. Căci prin cuvintele blânde adresate aproapelui ne putem agonisi capital duhovnicesc. De aceea este de folos să ne deprindem cu termenii cei mai blânzi și mai respectuoși.

*Întrebare: Pot ține în camera mea diferite cărți?*

Răspuns: Creștinii nu trebuie să aibă în locuințele lor nici literatură antireligioasă, nici eretică, nici cărți imorale. Îmi amintesc, precum scrie într-un Pateric, că Maica Domnului nu a intrat în chilia unui monah care ținea la el o carte eretică, spunându-i: „Îl ții la tine pe vrăjmașul meu”.

*Întrebare: Cum să ne deprindem cu ascultarea?*

Răspuns: Cu privire la lucrurile vieții, trebuie să ne formăm următoarea deprindere: să-i acordăm aproapelui întâietate față de orice lucru. Așa, de exemplu, dacă suntem ocupați cu un anumit lucru și



auzim rugămintea aproapelui de a-l ajuta cu ceva, trebuie să întrerupem imediat ocupația noastră și să îndeplinim rugămintea aproapelui pentru a-l liniști.

**Întrebare:** *Cum să-i primim la noi pe musafiri?*

Răspuns: Pe omul care vine la tine, mai ales dacă vine cu scop duhovnicesc, trebuie să-l primești cu blândețe și cu chipul vesel, iar înlăuntrul tău să te smerești și să te socotești mai prejos decât el. Este bine să-l lași să plece de la tine cu un dar care îi este necesar, cu dulciuri (pentru copii), este bine să-i dăruiești aproapelui o carte dumnezeiască (ținând cont de cerințele lui duhovnicești și de nivelul dezvoltării lui duhovnicești). Iar de musafirii care vin la noi cu scopul distracției și să ne fure timpul, trebuie să ne îndepărtăm. De la ei dobândim vătămare duhovnicească și dezastru sufletesc datorită vorbelor lor deșarte.

**Întrebare:** *De ce este atât de important să tăinuim faptele noastre bune?*

Răspuns: Pentru că destăinuirea lor înaintea oamenilor le nimicește. Sfântul Episcop Teofan Zăvorâtul scrie: „Pe cât este posibil, tăinuți faptele voastre din viața duhovnicească și nu le dezvăluiți nici la vedere, nici în discuții, nici în alte împrejurări”.

**Întrebare:** *Putem minți?*

Răspuns: La minciună trebuie să apelăm numai în cazurile extreme (în încercări) și foarte rar, ca la un leac primejdios, și să facem acest lucru cu frică și cu

cutremur, arătându-I lui Dumnezeu și voia noastră, și necesitatea, și atunci vom fi iertați.

**Întrebare:** *Ce să facem atunci când ne vin gânduri de invidie?*

Răspuns: Trebuie să ne rugăm: „De cele ascunse ale mele curățește-mă și de cele străine cruță-l pe robul Tău” (Sfântul Ambrozie de la Optina).

**Întrebare:** *Se cuvine să le povestim celorlalți ceea ce am vorbit cu duhovnicul și să le destăinuim ispitele noastre?*

Răspuns: Să nu povestești nimănui ceea ce ai vorbit cu starețul tău și ispitele tale să nu le destăinui nimănui în afară de părintele duhovnic: dacă povestești, nu dobândești ușurare, iar celuilalt îi poți face rău; oamenii te ascultă din curiozitate, iar apoi se smintesc și pe tine te osândesc. În monahism este scris: chilia starețului-duhovnic trebuie să fie mormânt pentru amândoi.

**Întrebare:** *Cum este corect să sărutăm icoanele?*

Răspuns: Atunci când sărutăm sfânta icoană a Mântuitorului, trebuie să sărutăm picioarele; când sărutăm icoanele Maicii Domnului și ale Sfinților – sărutăm mâinile, iar când sărutăm chipul nefăcut de mână omenească al Mântuitorului și capul Sfântului Ioan Botezătorul – sărutăm pletele.

**Întrebare:** *Este important să sfințim mâncarea, băutura și locuința noastră?*



Răspuns: Atmosfera se sfințește prin stropirea cu aghiasmă și prin rugăciune, mâncarea – prin stropirea cu aghiasmă și prin binecuvântare; totul se sfințește prin cruce. Este foarte important să sfințim mâncarea. Mâncarea are mare influență asupra stării noastre, atât a trupului, cât și a sufletului. Când aduce de la piață alimentele, înainte de a le spăla cu apă, gospodina trebuie să le spele cu semnul crucii – să le curățească de microbii și de bacilii cei duhovnicești. Semnul crucii poate nimici chiar și puterea otrăvii. De asemenea, este importantă sfințirea nu numai a mâncării, dar și a locuinței noastre, a patului și a gospodăriei.

*Întrebare: Ce trebuie să facem împotriva mândriei?*

Răspuns: Împotriva mândriei trebuie să ne muștrăm mai des înaintea Domnului; cel ce este luptat de mândrie trebuie să strige din adâncul inimii: „Doamne, Stăpânul și Dumnezeuul meu! Duhul slavei deșarte și al mândriei ia-l de la mine, iar duhul smereniei dăruiește-l mie, robului Tău!”

*Întrebare: Ce să fac când se trezește în mine, datorită oamenilor sau a lucrurilor, dorința păcătoasă?*

Răspuns: Nu trebuie să intri în legătură cu acele lucruri, care stârnesc în tine lupta și nu trebuie să fii pornit spre nimic din ceea ce ispitește libertatea ta (ci să te depărtezi).

*Întrebare: Se cuvine să stropim cu aghiasmă trupul și coșciugul celui mort?*

Răspuns: Preotul (sau dacă nu este el, atunci un mirean) să stropească acasă cu apă sfințită trupul mortului și coșciugul lui pe dinafară și pe dinăuntru, și apoi să pună imediat trupul în el.

*Întrebare: Există în viață situații când ocările și ura ne slujesc ca laudă?*

Răspuns: Da, există situații în viață când vorbirea de rău și ura din partea vrăjmașilor lui Hristos sunt cea mai bună laudă pentru robii lui Dumnezeu... Nu trebuie să-ți fie rușine să te socotești credincios ortodox și om bisericesc; nu alerger după slava cea înșelătoare și trecătoare, silindu-te să te dai drept un om modern și cultivat. Nu te teme să aperi Biserica lui Dumnezeu în tot locul și în toată vremea.

*Întrebare: În ce constă importanța săvârșirii rugăciunii lui Iisus?*

Răspuns: Rugăciunea lui Iisus, dacă o faci mecanic, nu dă nici un rezultat; este ca orice altă rugăciune rostită numai cu limba; rugăciunea nu constă în cuvinte, ci în simțămintele pe care le ai față de Domnul (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

*Întrebare: Hrana, banii și slava sunt păcate?*

Răspuns: Nu hrana este păcat, ci lăcomia pântecelui; nu banii sunt păcat, ci iubirea de argint; nu slava este păcat, ci iubirea de slavă deșartă; în esență, răul ia naștere din abuz (Cuviosul Maxim Mărturisitorul).

*Întrebare: Ce îi dăunează rugăciunii lui Iisus?*



Răspuns: Așa cum se observă din experiență, rugăciunii îi dăunează supărarea aproapelui nostru. Până când nu îl potolești pe cel supărat prin împăcare, rugăciunea nu poate funcționa. Rugăciunii îi dăunează și acceptarea gândurilor desfrânate, osânda, îmbuibarea și orice păcat.

**Întrebare: Pentru ce sunt rânduite sărbătorile?**

Răspuns: Sărbătorile sunt rânduite pentru amintirea binefacerilor lui Dumnezeu și pentru a-I mulțumi lui Dumnezeu pentru ele. Sărbătorile înviorează credința și o adâncesc. Prăznuirea lor cultivă, de asemenea, duhul evlaviei și viața în credință. Căci, lepădându-ne de cele lumești și acordând atenție celor duhovnicești, aprindem în suflet simțămintele cerești. Iar fără sărbători viețuim în cele lumești și astăzi, și mâine, și poimâine – și așa la nesfârșit. Ce putem aștepta de la această orânduire în afară de împământenirea tuturor gândurilor și a simțămintelor? (Sfântul Teofan Zăvorâtul).

**Întrebare: Ce trebuie să facem în vreme de necaz?**

Răspuns: În orice necaz și dezastru sufletesc este de folos să-I mulțumim lui Dumnezeu.

**Întrebare: Este bine să ne vindecăm prin hipnoză?**

Răspuns: Nu trebuie să vă vindecați prin magnetizare. Mai bine vă sfătuiesc ca în timpul bolii să rugați preotul să slujească un maslu împreună cu sfințirea apei și apoi să vă stropiți cu aghiasmă și să

beți în fiecare zi din ea, iar împreună cu ea să consumați și o bucățică de prescură (Gheorghe Zăvorâtul din Zadonsk).

**Întrebare: Pe care vizitatori trebuie să-i primim și de care să ne îndepărtăm?**

Răspuns: Dacă cineva vine la voi cu scop duhovnicesc: pentru auzirea Cuvântului lui Dumnezeu sau, în general, pentru zidirea sufletului, pe acela să-l primiți fără să vă sfițiți, deoarece timpul pe care îl jertfiți pentru discuția cu el, adică jertfa de sine va fi răsplătită de Domnul. Iar dacă cineva vine numai pentru a-și petrece timpul sau, mai bine zis, pentru a-și omorî timpul: să vorbească în deșert, să judece, să discute despre noutăți – pe acela să-l depărtați de voi. Căci omul virtuos niciodată nu își petrece timpul în zadar, ci fie citește, fie se roagă, fie lucrează, fie se odihnește – într-un cuvânt: nu își petrece nici o clipă în zadar; nu are timp să petreacă cu cei care vin pentru distracție (Starețul Grigorie Athonitul).



Suntem atrași de duhul lumii acesteia. Ne interesează aproape numai ce se întâmplă în lumea politică, în lumea modei, în lumea sportului, în lumea show-biz-ului. Suntem atât de aglomerați, din pricina serviciului sau a studiilor sau a distracțiilor, încât nu mai avem timp să ne gândim la viața de după moarte, la veșnicie.

Această carte arată că un creștin trebuie să încerce să afle răspunsuri la întrebările sale în paginile Scripturii, în învățăturile Sfinților Părinți și, nu în ultimul rând, din gura duhovnicului. Este adevărat însă că numărul duhovnicilor iscușiți scade pe zi ce trece, pe măsură ce se apropie sfârșitul vremurilor.

Cartea de față, nefiind un compendiu care să epuizeze problemele de ordin spiritual - așa ceva nici nu există - , lasă loc multor întrebări. Dar, cu toate acestea, are marele merit de a ne arăta unde trebuie să căutăm jaloane, unde putem afla repere.

Suntem chemați la o luptă eroică: aceea de a adapta vremurilor noastre răspunsurile date de sfinți cu secole în urmă. Să încercăm să descoperim în ce mod ar fi prezentat sfinții înșiși învățăturile lor dacă ar fi trăit astăzi. Cuvintele ar fi fost cu siguranță altele, dar puterea lor ar fi fost aceeași...

